

ธรรมกถาในการอบรมกรรมฐาน

ทรงพระกรุณาโปรดเกล้าฯ ให้พิมพ์พระราชทาน

ในการพระราชพิธีฉลองพระชนมายุ

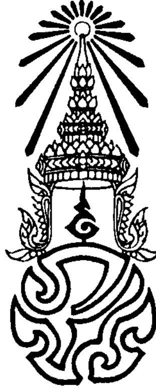
สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี

ครบ ๘๐ พรรษา

วันที่ ๒๑ ตุลาคม พุทธศักราช ๒๕๒๓

สถิติในการพิมพ์
ธรรมกถาในการอบรมกรรมฐาน

พิมพ์ครั้งที่	๑/๒๕๒๓	จำนวน	๑,๐๐๐	เล่ม
,,	๒/๒๕๓๔	,,	๑,๐๐๐	,,
,,	๓/๒๕๓๘	,,	๓,๐๐๐	,,



ธรรมกถาในการอบรมกรรมฐาน

ทรงพระกรุณาโปรดเกล้าฯ ให้พิมพ์พระราชทาน

ในการพระราชพิธีฉลองพระชนมายุ

สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี

ครบ ๘๐ พรรษา

วันที่ ๒๑ ตุลาคม พุทธศักราช ๒๕๒๓





พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ทรงพระราชปรารภว่า สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี จะทรงเจริญพระชนมายุครบ ๘๐ พรรษา ในวันที่ ๒๑ ตุลาคม พุทธศักราช ๒๕๒๓ เป็นเหตุควรที่จะทรงพระโสมนัสปราโมทย์ และเป็นโอกาสดีที่จะได้ทรงบำเพ็ญพระราชกุศลเฉลิมพระชนมพรรษาสนองพระเดชพระคุณตามราชประเพณี. ในอภิลักขิตกาลมงคลสมัยอันอุดมนั้น จึงทรงพระกรุณาโปรดเกล้าฯ ให้ตั้งการพระราชพิธีบำเพ็ญพระราชกุศล ณ พระที่นั่งอมรินทรวินิจฉัย และโปรดเกล้าฯให้จัดพิมพ์หนังสือที่ทรงคุณค่า คือ เรื่อง "การบริหารทางจิต" กับ "ธรรมกถาในการอบรมกรรมฐาน" ขึ้น สำหรับพระราชทานเป็นที่ระลึก.

หนังสือเรื่อง "การบริหารทางจิต" เกิดขึ้นจากการบรรยายธรรมทางวิทยุของสถานีวิทยุ อ.ส. พระราชวังดุสิต คือ เมื่อปี พ.ศ. ๒๕๑๑ สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี ทรงพระกรุณาโปรดเกล้าฯ ให้สถานีวิทยุ อ.ส. พระราชวังดุสิต จัดรายการบริหารทางจิตเป็นประจำทุกเช้าวันอาทิตย์ โดยโปรดให้อาราธนา สมเด็จพระญาณสังวร (สุวฑฺฒโน) เจ้าอาวาสวัดบวรนิเวศวิหาร แต่ครั้งยังเป็นพระสาสนโสภณ จัดดำเนินรายการทั้งสำหรับผู้ใหญ่ เด็กวัยรุ่น และเด็กเล็ก. ต่อมาเมื่อดำเนินรายการมาครบปีแล้ว จึงโปรดเกล้าฯให้รวบรวมคำบรรยายสำหรับผู้ใหญ่ ซึ่งสมเด็จพระญาณสังวรเรียบเรียง และคำบรรยายสำหรับเด็กวัยรุ่น ซึ่งคุณหญิงโสมรัสมิ์ จันทรประภาเรียบเรียงนั้น พิมพ์เป็นเล่มขึ้นพระราชทานในวันวิสาขบูชา พ.ศ. ๒๕๑๒ และ พ.ศ. ๒๕๑๓ ในปี พ.ศ. ๒๕๑๕ เนื่องในการพระราชพิธีฉลองพระชนมายุสมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี ครบ ๗๒ พรรษา ทรงพระกรุณาโปรดเกล้าฯให้รวบรวมคำบรรยายที่ได้พิมพ์ขึ้นไว้ ๒ ศกนั้น กับทั้งคำบรรยายในศกต่อมาพิมพ์ขึ้นใหม่ให้ติดต่อกัน พร้อมกับจัดรวบรวมคำบรรยายสำหรับเด็กเล็ก ซึ่งนางบรรจบพันธุ์ นวรัตน ณ อยุธยา เรียบเรียง พิมพ์ขึ้นด้วยให้สมบูรณ์ครบชุด. ในครั้งนี้ทรงพระกรุณาโปรดเกล้าฯให้รวบรวมคำบรรยายที่ได้ออกอากาศภายหลังนั้นจนถึงปัจจุบันเพิ่มเติมอีก แล้วพิมพ์ขึ้นไว้ให้สมบูรณ์.

หนังสือเรื่อง "ธรรมกถาในการอบรมกรรมฐาน" เกิดจากการบรรยายธรรมอบรมกรรมฐานของสมเด็จพระญาณสังวร (สุวฑฺฒโน) ที่มีเป็นประจำในคืนวันธรรมสวนะและคืนหลังวันธรรมสวนะ ณ ตึก สว. ธรรมนิเวศ วัดบวรนิเวศวิหาร ทรงพระกรุณาโปรดเกล้าฯให้เลือกเรื่องที่จะเป็นประโยชน์เกื้อกูลแก่การปฏิบัติกรรมฐานและอบรมจิตทั่วไป มารวบรวมพิมพ์ไว้อีกเล่มหนึ่ง.

ทรงหวังพระราชหฤทัยว่า หนังสือที่ทรงพระกรุณาโปรดเกล้าฯให้จัดพิมพ์ขึ้นทั้งนี้จะเป็นประโยชน์เกื้อกูลการศึกษาพระพุทธศาสนาและการปฏิบัติบริหารจิตของสาธุชน ให้สัมฤทธิ์ผลอันถูกต้องที่พึงประสงค์โดยไพศาล.

พระตำหนักจิตรลดารโหฐาน
วันที่ ๒๒ กันยายน พุทธศักราช ๒๕๒๓

สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี

สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี มีพระนามเดิมว่าสังวาลย์ เสด็จพระราชสมภพเมื่อวันอาทิตย์ที่ ๒๑ ตุลาคม พุทธศักราช ๒๔๔๓ ที่บ้านถนนสมเด็จเจ้าพระยา (ซอยช่างนาคเดิม) ตำบลสมเด็จเจ้าพระยา อำเภอคลองสาน กรุงเทพมหานคร (เดิมเรียกว่าจังหวัดธนบุรี) พระชนกนามว่าชู พระชนนีนามว่าคำ เมื่อเจริญพระชนมายุได้ ๙ พรรษา ทรงกำพร้าทั้งพระชนกและพระชนนี ในช่วงเวลานั้นประทับอยู่ในสวนสี่ฤดู พระราชวังดุสิต ในพระอุปถัมภ์ของสมเด็จพระปิตุจฉาเจ้า เจ้าฟ้าวไลยอลงกรณ กรมหลวงเพชรบุรีราชสิรินธร ทรงเข้ารับการศึกษาเบื้องต้น ณ โรงเรียนสตรีวิทยา ตำบลตึกดิน ซึ่งอยู่ตรงข้ามกับโรงเรียนสตรีวิทยาปัจจุบัน ทรงใช้เวลาเรียนในโรงเรียนสตรีวิทยา ๕ ปี คือตั้งแต่ชั้นเตรียมจนถึงชั้นประถมปีที่ ๓ แล้วทรงลาออกจากโรงเรียนสตรีวิทยา เมื่อพุทธศักราช ๒๔๕๖ พระชนมายุได้ ๑๓ พรรษา และในวันที่ ๑ กันยายน พุทธศักราช ๒๔๕๖ ทรงสมัครเข้าศึกษาต่อในโรงเรียนแพทย์ผดุงครรภ์ และพยาบาลแห่งศิริราช ซึ่งอยู่ในสังกัดของกระทรวงธรรมการ และทรงเป็นนักเรียนแพทย์ผดุงครรภ์ และพยาบาลที่มีอายุน้อยที่สุดในโรงเรียน โดยสมเด็จพระปิตุจฉาเจ้า เจ้าฟ้าวไลยอลงกรณ กรมหลวงเพชรบุรีราช-สิรินธร ทรงเป็นผู้ปกครอง (ปรากฏในสมุดทะเบียนประวัติของโรงเรียน) ทรงสำเร็จการศึกษา และทรงรับประกาศนียบัตรจากโรงเรียนแพทย์ผดุงครรภ์ และพยาบาล แห่งศิริราช ในปีพุทธศักราช๒๔๖๐ พระชนมายุได้ ๑๖ พรรษา ซึ่งเป็นระยะเวลาประจวบกับที่ สมเด็จพระมหิตลาธิเบศรอดุลยเดชวิกรม พระบรมราชชนก ครั้งทรงดำรงพระอิสริยยศ เป็นสมเด็จพระเจ้าน้องยาเธอ เจ้าฟ้ามหิดลอดุลเดช กรมขุนสงขลานครินทร์ กำลังทรงตั้งพระทัยที่จะช่วยเหลือปรับปรุงกิจการแพทย์และพยาบาล และทรงมีลายพระหัตถ์จากสหรัฐอเมริกา หารือมายังกรมขุนชัยนาทนเรนทร ซึ่งทรงเป็นผู้บัญชาการโรงเรียนแพทย์ผดุงครรภ์ และพยาบาล แห่งศิริราช ในขณะนั้น ขอให้กรมขุนชัยนาทนเรนทรทรงคัดเลือกนักเรียนที่เหมาะสมสำหรับไปเรียนต่อ โดยจะพระราชทานทุนแก่นักเรียนแพทย์ ๒ ทุน และทุนสำหรับนักเรียนวิชาพยาบาลผดุงครรภ์นั้น ทรงขอพระราชทานจากสมเด็จพระศรีสวรินทิราบรมราชเทวี พระพันวัสสาอัยิกาเจ้า พระราชมารดา ซึ่งนักเรียนทุนวิชาพยาบาลผดุงครรภ์นั้น สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี ทรงได้รับการคัดเลือกให้รับทุนพระราชทานของสมเด็จพระศรีสวรินทิราบรมราชเทวี พระพันวัสสาอัยิกาเจ้า ไปทรงศึกษาวิชาพยาบาลต่อ ณ ประเทศสหรัฐอเมริกา พร้อมด้วยพยาบาลอีกคนหนึ่ง คือนางสาวอุบล ปาลก-วงศ์ ณ อยุธยา (ปัจจุบันนางอุบล ลิปิธรรมศรีพยัตต์) ประทับที่เมืองเบอร์คลีย์ รัฐแคลิฟอร์เนีย และทรงศึกษาภาษาอังกฤษในโรงเรียนอีมเมอร์สัน

ในปีพุทธศักราช ๒๔๖๑ สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี ทรงเข้ารับการศึกษาต่อในโรงเรียนนอร์ธเวสเทิร์น ณ เมืองฮาร์ทฟอร์ด รัฐคอนเนคติคัต สหรัฐอเมริกา และได้ทรงพบกับสมเด็จพระบรม-ราชชนก ซึ่งกำลังทรงศึกษาวิชาการแพทย์ ที่มหาวิทยาลัยฮาร์วาร์ด เป็นครั้งแรก และในปีต่อมา สมเด็จ

พระศรีนครินทราบรมราชชนนี ทรงศึกษาที่โรงเรียนของนางสาวอีดิธ จอห์นสัน ณ เมืองเคมบริดจ์ รัฐแมสซาชูเซตส์ และในฤดูร้อนปีนั้นก็ได้ทรงเข้าศึกษาในแผนกสาธารณสุขศาสตร์ ที่มหาวิทยาลัยฮาร์วาร์ดและสถาบันเทคโนโลยีแห่งแมสซาชูเซตส์ (เอ็ม.ไอ.ที.) ร่วมกันจัดขึ้น ณ เอ็ม.ไอ.ที. ทรงเลือกศึกษาวิชาอนามัยโรงเรียน ซึ่งเป็นแขนงหนึ่งของวิชาสาธารณสุข

ปีพุทธศักราช ๒๔๖๓ สมเด็จพระบรมราชชนนี เสด็จพระราชดำเนินกลับประเทศไทยพร้อมด้วยพระยาชนินทรภักดี ผู้ปกครองนักเรียนไทย เพื่อทรงอภิเษกสมรส กับสมเด็จพระบรมราชชนก โดยได้รับพระราชทานพระบรมราชานุญาตจากพระบาทสมเด็จพระมงกุฎเกล้าเจ้าอยู่หัว ให้ทำการอภิเษกสมรสได้

พระราชพิธีอภิเษกสมรสของสมเด็จพระมหิตลาธิเบศรอดุลยเดชวิกรม พระบรมราชชนก กับสมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี จัดขึ้น ณ วังสระปทุม ในวันที่ ๑๐ กันยายน พุทธศักราช ๒๔๖๓ หลังจากพระราชพิธีอภิเษกสมรสแล้ว สมเด็จพระบรมราชชนนีได้ตามเสด็จ ฯ สมเด็จพระบรมราชชนกไปยังประเทศสหรัฐอเมริกา ซึ่งเสด็จ ฯ กลับไปทรงศึกษาต่ออีกครั้งหนึ่ง เมื่อวันที่ ๔ พฤศจิกายน พุทธศักราช ๒๔๖๓ โดยสมเด็จพระบรมราชชนนี ได้ทรงศึกษาวิชา Basic Science in Nursing Home Economics ที่ ซิมมอนส์ คอลเลจ เมืองบอสตัน รัฐแมสซาชูเ ตส์ และในระหว่างปีพุทธศักราช ๒๔๖๔ ถึงปีพุทธศักราช ๒๔๖๖ ทั้งสองพระองค์เสด็จพระราชดำเนินไปยังประเทศต่าง ๆ ในยุโรปอีกหลายประเทศ

สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี มีพระราชโอรส พระราชธิดา ๓ พระองค์ คือ :-

๑. สมเด็จพระเจ้าพี่นางเธอ เจ้าฟ้ากัลยาณิวัฒนา สมภพ ณ กรุงลอนดอน ประเทศอังกฤษ เมื่อวันที่ ๖ พฤษภาคม พุทธศักราช ๒๔๖๖

๒. พระบาทสมเด็จพระปรเมนทรมหาอานันทมหิดล รัชกาลที่ ๘ เสด็จพระราชสมภพ ณ เมืองไฮเดลเบิร์ก ประเทศเยอรมนี เมื่อวันที่ ๒๐ กันยายน พุทธศักราช ๒๔๖๘

๓. พระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช รัชกาลปัจจุบัน เสด็จพระราชสมภพ ณ เมืองเคมบริดจ์ รัฐแมสซาชูเซตส์ สหรัฐอเมริกา เมื่อวันจันทร์ที่ ๕ ธันวาคม พุทธศักราช ๒๔๗๐

สมเด็จพระบรมราชชนกและสมเด็จพระบรมราชชนนี เสด็จนิวัตประเทศไทย พร้อมด้วยพระราชโอรสและพระราชธิดา เมื่อเดือนธันวาคม พุทธศักราช ๒๔๗๑ โดยสมเด็จพระบรมราชชนกเสด็จ ฯ ไปประทับและทรงฝึกงานที่จังหวัดเชียงใหม่ และเนื่องจากพระพลานามัยของพระองค์ไม่ค่อยจะทรงสมบูรณ์ ประกอบกับทรงตรากตรำในพระราชกรณียกิจมากเกินไป สมเด็จพระบรมราชชนกจึงประชวรหนัก และเสด็จสวรรคตในปีพุทธศักราช ๒๔๗๒ ขณะนั้นสมเด็จพระบรมราชชนนี พระชนมายุเพียง ๒๘ พรรษาเท่านั้น

สมเด็จพระบรมราชชนนี ประทับอยู่ในประเทศไทย จนถึงพุทธศักราช ๒๔๗๖ จึงเสด็จ ฯ พร้อมด้วยพระราชโอรส พระราชธิดา ไปประทับ ณ ประเทศสวิตเซอร์แลนด์ เพื่อการศึกษาของพระราชโอรส

และพระราชธิดาทั้งสามพระองค์ ประทับ ณ "วิลลาวัฒนา" เมืองโลซานน์ และในปีพุทธศักราช๒๔๗๗ พระบาทสมเด็จพระปกเกล้าเจ้าอยู่หัว รัชกาลที่ ๗ ทรงสละราชสมบัติ คณะรัฐบาลในขณะนั้น อันมีพระยาพหลพลพยุหเสนา เป็นนายกรัฐมนตรี ได้กราบบังคมทูลอัญเชิญพระเจ้าวรวงศ์เธอ พระองค์เจ้าอานันทมหิดล เสด็จขึ้นครองราชสมบัติสืบสันตติวงศ์ เป็นรัชกาลที่ ๘ แห่งพระบรมราชจักรีวงศ์ ซึ่งเป็นผลให้สมเด็จพระบรมราชชนนี ทรงดำรงพระอิสริยศ เป็นสมเด็จพระราชชนนีนับแต่บัดนั้น และทำให้พระราชภาระของพระองค์หนักยิ่งขึ้น เพราะต้องทรงถวายอภิบาล และถวายคำแนะนำเกี่ยวกับราชประเพณีขนบธรรมเนียมต่าง ๆ เกี่ยวกับหน้าที่ของพระมหากษัตริย์ และเรื่องในพระราชสำนักแด่พระมหากษัตริย์พระองค์ใหม่

ในเดือนพฤศจิกายน พุทธศักราช ๒๔๘๑ พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวอานันทมหิดล เสด็จนิวัตประเทศไทยเป็นครั้งแรก นับแต่ได้ขึ้นครองราชสมบัติ สมเด็จพระบรมราชชนนี โดยเสด็จพระราชดำเนินกลับมาพร้อมด้วยสมเด็จพระเจ้าพี่นางเธอ ฯ และสมเด็จพระอนุชาธิราช (คือพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวรัชกาลปัจจุบัน) ทั้ง ๔ พระองค์ประทับอยู่ในประเทศไทยชั่วระยะเวลาอันสั้นก็ต้องเสด็จพระราชดำเนินกลับไปประเทศสวิตเซอร์แลนด์อีก เนื่องจากพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวอานันทมหิดลยังทรงศึกษาไม่จบ ต้องเสด็จพระราชดำเนินไปทรงศึกษาต่อ จนถึงพุทธศักราช ๒๔๘๘ สมเด็จพระบรมราชชนนีจึงได้โดยเสด็จพระราชดำเนินพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวอานันทมหิดล กลับประเทศไทยเป็นครั้งที่ ๒ ตามคำกราบบังคมทูลเชิญของรัฐบาลไทย แต่การเสด็จพระราชดำเนินกลับประเทศไทยในครั้งนี้ ทำให้สมเด็จพระบรมราชชนนี ทรงประสบกับความโทมนัสอย่างใหญ่หลวง ในพระชนม์ชีพของพระองค์ คือพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวอานันทมหิดล รัชกาลที่ ๘ เสด็จสวรรคต เมื่อวันที่ ๙ มิถุนายน พุทธศักราช ๒๔๘๙ แต่ด้วยน้ำพระทัยอันเข้มแข็ง และทรงศึกษาธรรมมาแล้ว จึงทำให้พระองค์ทรงสามารถระงับความทุกข์อันยิ่งใหญ่ไว้ได้ เพราะพระองค์จะต้องทรงถวายอภิบาลพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว รัชกาลปัจจุบันซึ่งเสด็จเถลิงถวัลยราชสมบัติสืบต่อเป็นรัชกาลที่ ๙ และขณะนั้นยังทรงพระเยาว์ โดยเสด็จ ฯ กลับไปประเทศสวิตเซอร์แลนด์อีก เนื่องเพราะพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวรัชกาลปัจจุบันต้องทรงศึกษาต่อ

ภายหลังที่ได้ทรงถวายอภิบาล พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวรัชกาลปัจจุบัน ซึ่งเป็นพระบรมราชปิโยรสที่เหลืออยู่เพียงพระองค์เดียวแล้ว สมเด็จพระบรมราชชนนีได้ทรงตั้งพระราชหฤทัยที่จะศึกษาเกี่ยวกับศาสนาและปรัชญา โดยทรงเข้าศึกษาในมหาวิทยาลัยโลซานน์ และนอกจากวิชาที่เกี่ยวกับศาสนาและปรัชญาแล้ว ยังทรงศึกษาวิชาประกอบอื่น ๆ อาทิ สังคมวิทยา กฎหมายระหว่างประเทศ ประวัติศาสตร์วรรณคดี รัฐประศาสนศาสตร์ ภาษาบาลีและภาษาสันสกฤต และนับแต่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวรัชกาลปัจจุบันเสด็จนิวัตประเทศไทย และประทับในประเทศไทยเป็นการถาวรตั้งแต่ปีพุทธศักราช๒๔๙๔ เป็นต้นมา สมเด็จพระบรมราชชนนีมิได้ตามเสด็จ ฯ กลับด้วย แต่ได้เสด็จพระราชดำเนินกลับในคราวหลัง ประทับ ณ พระตำหนัก วังสระปทุม และได้เสด็จ ฯ ไปประทับพักผ่อนพระราชอิริยาบถ ณ ประ

เทศสวิตเซอร์แลนด์เป็นครั้งคราว เป็นประจำแทบทุกปี ตลอดระยะเวลาที่ประทับอยู่ในประเทศไทยได้ทรงบำเพ็ญพระราชกรณียกิจอันเป็นประโยชน์ต่อมวลพสกนิกร ต่อประเทศชาติ ต่อศาสนา และต่อพระมหากษัตริย์ เป็นอเนกอนันต์นานัปการ พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวรัชกาลปัจจุบัน ทรงรำลึกถึงพระคุณอันประเสริฐ ที่พระราชชนกและพระราชชนนี ทรงมีต่อพระองค์ และทวยราษฎร์ตลอดมา จึงได้มีพระบรมราชโองการโปรดเกล้าโปรดกระหม่อม ให้ประกาศเฉลิมพระนามพระอัฐิสมเด็จพระราชบิดา เจ้าฟ้ามหิดลอดุลเดช กรมหลวงสงขลานครินทร์ ตามที่จารึกในพระสุพรรณบัฏว่า สมเด็จพระมหิตลาธิเบศร-อดุลยเดชวิกรม พระบรมราชชนก ทรงพระราชฐานันดรศักดิ์เสมอด้วยสมเด็จพระบวรราชเจ้าในพระบรมราชวงศ์ แห่งกรุงรัตนโกสินทร์ และเฉลิมพระนามาภิไธยสมเด็จพระราชชนนีศรีสังวาลย์ขึ้นเป็น สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี ดังปรากฏข้อความในพระบรมราชโองการ ประกาศเฉลิมพระนามาภิไธย เมื่อวันที่ ๕ มิถุนายน พุทธศักราช ๒๕๑๓ ตอนหนึ่งว่า

อนึ่งทรงพระราชดำริรำลึกถึงสมเด็จพระราชชนนี ว่าทรงพระคุณอันประเสริฐ ได้ทรงบำเพ็ญพระราชกรณียกิจอันได้บังเกิดประโยชน์แก่บ้านเมืองและประชาชนเป็นอเนกปริยาย มีพระหฤทัยเปี่ยมด้วยพระเมตตากรุณาธิคุณ ทรงห่วงใยในความเป็นอยู่ของประชาชนทั่วไป ได้เสด็จออกไปสอดส่องดูแลทุกข์สุขของราษฎรตามจังหวัดต่าง ๆ อยู่เป็นเนืองนิตย์ แม้ว่าจะเป็นท้องที่ห่างไกลทุรกันดารก็ทรงพระอุตสาหะเสด็จไปจนทั่วถึง โปรดให้จัดสร้างโรงเรียนชายแดนขึ้นเป็นหลายแห่งเพื่อให้เยาวชนในท้องถิ่นนั้น ๆ ได้มีโอกาสศึกษาเล่าเรียนทรงจัดตั้งหน่วยแพทย์เคลื่อนที่ขึ้น และโปรดให้ออกไปทำการรักษาพยาบาลประชาชนในท้องที่ต่าง ๆ ทั่วราชอาณาจักร เมื่อใดมีภัยพิบัติเกิดขึ้น ก็เสด็จออกไปเยี่ยมเยียนผู้ประสบเคราะห์ประสบภัยโดยทั่วหน้า ประทานทรัพย์สินส่วนพระองค์แก่ทางราชการและองค์การกุศลต่าง ๆ ให้จัดหาเครื่องอุปโภคบริโภคตลอดจนยารักษาโรค เพื่อนำไปแจกจ่ายบรรเทาความเดือดร้อน นอกจากนี้ ยังได้เสด็จออกเยี่ยมเยียนเจ้าหน้าที่ตำรวจทหารและพลเรือน ซึ่งมีหน้าที่ปฏิบัติราชการ ณ ชายแดนจนถึงฐานที่ปฏิบัติงาน โดยมิได้ทรงหวั่นเกรงต่อความยากลำบากและภยันตรายใด ๆ ด้วยทรงมุ่งหวังตั้งพระหฤทัยที่จะให้เกิดประโยชน์สุขแก่ประชาชนส่วนรวมเป็นสำคัญ ในด้านการพระศาสนานั้น ก็ได้ทรงสนับสนุนการศึกษาและปฏิบัติธรรมอย่างกว้างขวาง และได้ทรงบริจาควัตถุปัจจัยเกื้อกูลกิจการต่าง ๆ ในพระบวรพุทธศาสนาและในศาสนาอื่น ๆ อยู่เสมอ ในส่วนพระองค์เล่า ก็ทรงเป็นอุปการิณีมีคุณูปการยิ่งกว่าผู้ใด เบื้องต้นแต่ได้ทรงอภิบาลบำรุง และทรงอนุสาสน์สั่งสอนความดีงามตามขัตติยราชประเพณี ตั้งแต่ยังทรงพระเยาว์มาและยังมีพระหฤทัยสิเน่หาห่วงใยอยู่มิได้ขาด ทั้งได้ทรงรับพระราชภาระปฏิบัติราชการแผ่นดินในคราวที่เสด็จพระราชดำเนินไปต่างประเทศเป็นหลายครั้ง บัดนี้ สมเด็จพระราชชนนีเสด็จเหลืออยู่พระองค์เดียวที่ทรงเป็นเขตอันล้ำเลิศ อันจะให้เกิดสิริสวัสดิ์พิพัฒนมงคลแด่พระองค์

จึงมีพระบรมราชโองการโปรดเกล้าโปรดกระหม่อม ให้ประกาศเฉลิมพระนามสมเด็จพระราชชนนีศรี-สังวาลย์ ตามที่จารึกในพระสุพรรณบัฏว่า สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี ขออำนาจแห่งคุณพระ

ศรีรัตนตรัย อำนาจแห่งพระกตัญญูกตเวทิตาธรรม และเทพยดาเจ้าผู้ศักดิ์สิทธิ์ทั้งหลาย จงดลบันดาลอภิบาลรักษาพระองค์สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี ให้ทรงเจริญพระชนมายุ พรรณ สุข พล ปฏิภาณ ธนสารสมบัติ สรรพสิริสวัสดิ์พิพัฒนมงคล วิบุลศุภผล สกลเกียรติยศ ปรากฏมโหฬารตลอดจิรัฏฐิติกาลเทอญ

ในมหามงคลสมัยเฉลิมพระชนมพรรษา สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี ทรงมีพระชนมายุครบ ๘๐ พรรษา ในวันที่ ๒๑ ตุลาคม พุทธศักราช ๒๕๒๓ ขออัญเชิญอำนาจคุณพระศรีรัตนตรัย และอำนาจอานิสงส์แห่งพระราชกุศลศรัทธาที่ได้ทรงสัมมาปฏิบัติบำเพ็ญเป็นอเนกประการ จงอภิบาลรักษาให้ทรงพระเจริญด้วยจตุรพิธพรชัย สัมฤทธิในพระราชกรณียกิจ สฤษฎิ์ในพระราชประสงค์ เสด็จสถิตธำรงอยู่ยั่งยืนนาน โดยทรงพระเกษมสำราญ เป็นมิ่งขวัญของพสกนิกร เป็นจิรกาลนิรันดรเทอญ

สารบาญ

ครั้งที่ ๑	อนุปุพพิกถา	๑
ครั้งที่ ๒	อุเบกขา	๖
ครั้งที่ ๓	อุเบกขา (ต่อ)	๑๑
ครั้งที่ ๔	อุเบกขา (ต่อ)	๑๔
ครั้งที่ ๕	อุเบกขา (ต่อ)	๑๙
ครั้งที่ ๖	อุเบกขา (ต่อ)	๒๓
ครั้งที่ ๗	อุเบกขา (ต่อ)	๒๗
ครั้งที่ ๘	อุเบกขา (ต่อ)	๓๑
ครั้งที่ ๙	อุเบกขา (ต่อ)	๓๘
ครั้งที่ ๑๐	ไตรลักษณ์	๔๒
ครั้งที่ ๑๑	ไตรลักษณ์ (ต่อ)	๔๗
ครั้งที่ ๑๒	ไตรลักษณ์ (ต่อ)	๕๑
ครั้งที่ ๑๓	ไตรลักษณ์ (ต่อ)	๕๖
ครั้งที่ ๑๔	พรหมวิหารสี่ข้อเมตตาและกรุณาเจโตวิมุตติ	๖๑
ครั้งที่ ๑๕	มุทิตาและอุเบกขาเจโตวิมุตติ	๖๔
ครั้งที่ ๑๖	ขันธ์ห้า	๖๘
ครั้งที่ ๑๗	ขันธ์ห้า (ต่อ)	๗๔
ครั้งที่ ๑๘	ขันธ์ห้า (ต่อ)	๗๙
ครั้งที่ ๑๙	อายตนะหก	๘๔
ครั้งที่ ๒๐	อายตนะหก (ต่อ)	๘๘
ครั้งที่ ๒๑	อายตนะหก (ต่อ)	๙๒
ครั้งที่ ๒๒	อายตนะหก (ต่อ)	๙๗
ครั้งที่ ๒๓	อายตนะหก (ต่อ)	๑๐๒
ครั้งที่ ๒๔	อายตนะหก (ต่อ)	๑๐๗
ครั้งที่ ๒๕	โพชฌงค์เจ็ด	๑๑๒
ครั้งที่ ๒๖	โพชฌงค์โดยสรุป	๑๑๗
ครั้งที่ ๒๗	มรรคแปด	๑๒๒
ครั้งที่ ๒๘	มรรคแปด (ต่อ)	๑๒๘

ครั้งที่ ๒๙ อุปสมานุสสติ ขั้นศีล ๑๓๔
ครั้งที่ ๓๐ อุปสมานุสสติ ขั้นสมาธิ ๑๓๘
ครั้งที่ ๓๑ อุปสมานุสสติ ขั้นปัญญา ๑๔๒
ครั้งที่ ๓๒ อุปสมานุสสติ ขั้นวิมุตติ ๑๔๕
ครั้งที่ ๓๓ อุปสมานุสสติ ขั้นวิมุตติ ๑๔๙
ครั้งที่ ๓๔ อุปสมานุสสติ ขั้นวิมุตติ ๑๕๓
ครั้งที่ ๓๕ อุปสมานุสสติ ขั้นวิมุตติ ๑๕๘
ครั้งที่ ๓๖ อุปสมานุสสติ ขั้นวิมุตติ ๑๖๒
ครั้งที่ ๓๗ อุปสมานุสสติ ขั้นวิมุตติ ๑๖๕
ครั้งที่ ๓๘ อุปสมานุสสติ ขั้นวิมุตติ ๑๖๙
ครั้งที่ ๓๙ อุปสมานุสสติ ขั้นวิมุตติ ๑๗๓
ครั้งที่ ๔๐ อุปสมานุสสติ ขั้นวิมุตติ ๑๗๙
ครั้งที่ ๔๑ อุปสมานุสสติ ขั้นวิมุตติ ๑๘๔
ครั้งที่ ๔๒ อุปสมานุสสติ ขั้นวิมุตติ ๑๘๘
ครั้งที่ ๔๓ อุปสมานุสสติ ขั้นวิมุตติ ๑๙๔
ครั้งที่ ๔๔ อุปสมานุสสติ ขั้นวิมุตติ ๑๙๙

ครั้งที่ ๑ อนุปุพพิกถา

บัดนี้ จักแสดงธรรมเป็นเครื่องอบรมในการปฏิบัติอบรมจิต ในเบื้องต้นก็ขอให้ทุก ๆ ท่านตั้งใจนอบน้อมนมัสการพระผู้มีพระภาคอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าพระองค์นั้น ตั้งใจถึงพระองค์พร้อมทั้งพระธรรมและพระสงฆ์เป็นสรณะ ตั้งใจสำรวมกาย วาจา ใจให้เป็นศีล ทำสมาธิในการฟังเพื่อให้ได้ปัญญาในธรรม

อันปัญญาเห็นธรรมนั้น คำหนึ่งเรียกว่า ธรรมจักขุ หรือธรรมจักษุ ที่แปลว่าดวงตาเห็นธรรม อันหมายถึงตาใจ คือปัญญานั่นเอง ดังที่เมื่อพระพุทธเจ้าได้ทรงแสดงปฐมเทศนาตรัสถึงทางคือมัชฌิมาปฏิปทา ข้อปฏิบัติเป็นหนทางกลางที่ได้ทรงพบเมื่อเป็นพระโพธิสัตว์ยังมิได้ตรัสรู้ และได้ทรงปฏิบัติในทางอันเป็นมัชฌิมาปฏิปทานี้ จึงได้ตรัสรู้พระธรรม ทรงชี้อริยสัจจ์ทั้งสี่ มีทุกขสัจจะ สภาพที่จริงคือทุกข์เป็นต้น ดังที่ได้ตรัสแสดงไว้ในสัจจะบัพพะในมหาสติปัฏฐานสูตร ครั้นได้ทรงแสดงพระเทศนานี้จบลง ธรรมจักษุดวงตาเห็นธรรมได้บังเกิดขึ้นแก่ท่านพระโกณฑัญญะว่า "**ยงฺกิญฺจิ สมุทยธมฺมํ** สิ่งใดสิ่งหนึ่งมีความเกิดขึ้นเป็นธรรมดา **สพฺพนฺตํ นิโรธธมฺมํ** สิ่งนั้นทั้งหมดมีความดับไปเป็นธรรมดา ดังนี้"

ความรู้ที่ผุดขึ้นดังนี้แก่ท่านพระโกณฑัญญะ เรียกว่า ธรรมจักษุ ดวงตาเห็นธรรม ท่านก็ฟังอริยสัจจ์นี้เอง และเป็นการฟังครั้งแรกของท่านจากพระพุทธเจ้า เพราะเป็นปฐมเทศนา เทศนาที่แรก ฉะนั้น จึงเป็นพะยานที่ชี้ให้เห็นได้ว่า ท่านผู้ที่ไม่เคยฟังเทศน์มาก่อน เมื่อฟังเทศน์ครั้งแรกของพระพุทธเจ้า ท่านก็อาจได้ธรรมจักษุคือดวงตาเห็นธรรมได้ อันแสดงว่า แม้อริยสัจจ์ดังที่ได้ตรัสเอาไว้ก็เป็นธรรมที่ผู้ฟังแม้ที่เป็นสามัญชนอาจจะเกิดธรรมจักษุ คือดวงตาเห็นธรรมดังท่านพระโกณฑัญญะได้ แต่ว่าอาศัยที่จิตของสามัญชนทั่วไปนั้นยังมีธุลี คืออารมณ์และกิเลสปกคลุมอยู่มาก ดังที่เรียกว่ามีผงเข้าตามาก จึงยากที่จะมองเห็น เมื่อได้ปฏิบัติทำจิตใจให้มีความสงบตามสมควร ฟอกล้างจิตใจตามสมควรจนมีผงเข้าตาน้อย ก็อาจที่จะมองเห็นสัจจะคือความจริงได้ตามสมควร หรือว่าได้มากจนถึงเข้าขั้นเป็นธรรมจักษุดังนั้นได้

ทางพระพุทธศาสนาได้มีแสดงเล่าไว้ว่า พระพุทธเจ้ามักจะได้ทรงแสดงอนุปุพพิกถา คือถ้อยคำที่เป็นไปตามลำดับตั้งแต่ในขั้นต้นก่อน แล้วจึงทรงแสดงสามุกกังสิกเทศนา คือเทศนาที่ได้ทรงยกขึ้นแสดงด้วยความตรัสรู้ของพระองค์เอง อันได้แก่ทุกข์ เหตุเกิดทุกข์ ความดับทุกข์ ทางปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ ก็คืออริยสัจจ์ทั้งสี่นี้ในอันดับต่อไป อนุปุพพิกถา กถาที่ได้ตรัสแสดงไปโดยลำดับตั้งแต่ขั้นต้น ที่มักจะได้ทรงแสดงก่อนอริยสัจจ์นั้นก็มี ๕ ข้อ คือ ทาน ศีล สวรรค์ กามาทีนพ และเนกขัมมานิสงส์

ทาน

พระพุทธเจ้าได้ทรงแสดงทาน การให้การบริจาคเพื่อสงเคราะห์อนุเคราะห์บูชาผู้ที่ควรสงเคราะห์อนุเคราะห์ ผู้ที่ควรบูชาเป็นข้อแรก อันหมายถึงว่า เป็นข้อที่ผู้มีความสามารถจะให้ จะบริจาคเป็นการช่วยสงเคราะห์อนุเคราะห์หรือเป็นการบูชาได้ ก็เป็นสิ่งที่ควรทำ ทานคือการให้การบริจาคนี้เองเป็นเครื่องชำระจิตใจให้บริสุทธิ์จากความโลภ และมัจฉริยะ ความตระหนี่เหนียวแน่น เมื่อทำทานด้วยจิตใจที่บริสุทธิ์เพื่อสงเคราะห์อนุเคราะห์หรือบูชาดังกล่าว เพื่อให้เกิดความสุขแก่ผู้ที่ได้รับสิ่งที่บริจาคนั้นไป ดังนี้ก็จะทำจิตใจของผู้ที่บริจาคให้มีความบริสุทธิ์และมีความสุข และเมื่อค้นดูในความบริสุทธิ์และความสุขนั้นเองก็จะพบว่า เป็นจิตใจที่ปราศจากความโลภ ความตระหนี่ในสิ่งที่บริจาคนั้น คือเป็นอันว่าเป็นการละความโลภ ความตระหนี่ในสิ่งนั้นได้ จึงได้ให้ออกไปได้ และเมื่อการให้นั้นก็ทำให้ผู้รับได้รับความสุข คนที่อดอยากเมื่อได้รับอาหารที่บริจาคไปได้บริโภคอาหารนั้นก็มีความสุข เป็นการช่วยต่ออายุต่อชีวิตของเขา คนป่วยไข้เมื่อได้รับหยูกยาไปก็หายป่วยไข้ก็เป็นการต่ออายุต่อชีวิตเขาอีกเหมือนกัน และเมื่อให้เพื่อบูชาดังที่เรียกว่าทำบุญเช่นว่าทำบุญตักบาตรเป็นต้น ก็ทำให้จิตใจผ่องใส เพราะได้บริจาคให้ผู้มีศีล และก็เป็นอันว่าได้ตัดโลภะมัจฉริยะในสิ่งที่บริจาคนั้น กับทั้งทำจิตใจให้บังเกิดเมตตากรุณาขึ้นมาอีกด้วย เพราะจะทำให้เกิดความเอ็นดูรักใคร่สงสารในผู้ที่ได้รับ และทำให้เกิดความเลื่อมใสนับถือในผู้ที่มีศีลที่ทำบุญไปนั้น เหล่านี้เป็นการชำระฟอกล้างจิตใจของตนให้บริสุทธิ์ขึ้นด้วยทานเป็นขั้นที่หนึ่ง

ศีล

ต่อจากนั้นก็ทรงแสดงศีลเป็นข้อที่สอง คือให้ตั้งใจงดเว้นจากความประพฤติที่เป็นการก่อภัยก่อเวรแก่ใคร ๆ ทางกายทางวาจา ทรงบัญญัติศีล ๕ เป็นนิจศีลสำหรับบุคคลทั่วไป โดยให้เว้นจากการฆ่า ให้เว้นจากการลัก ให้เว้นจากความประพฤติผิดในกามทั้งหลาย ให้เว้นจากการพูดเท็จ ให้เว้นจากน้ำเมาคือสุราเมรัยอันเป็นฐานแห่งความประมาท และเมื่อปฏิบัติในศีลดังนี้ ก็ชื่อว่าเป็นการให้อภัยอันเรียกว่า อภัยทานแก่ใคร ๆ อีกด้วย และเป็นการเว้นจากความประพฤติที่ก่อบาปก่อกรรมอันเป็นภัยเป็นเวรต่าง ๆ เพื่อความไม่เดือดร้อนทั้งแก่ตนเองด้วย แก่ผู้อื่นอีกด้วย ก็เป็นการชำระโทสะคือความประทุษร้ายออกไปจากจิตใจได้ และอันที่จริงนั้นก็เป็นอันได้ชำระทั้งกองโลภ ทั้งกองโกรธ ทั้งกองหลง อันเป็นขั้นศีลนี้อีกขั้นหนึ่งที่นับว่าเป็นความประพฤติที่สูงขึ้นไปกว่าทาน

เมื่อพิจารณาดูความประพฤติของคนทั่วไปแล้วจะเห็นได้ว่า คนพากันทำทานมากกว่าที่จะปฏิบัติในศีล ก็เพราะว่าการทำทานนั้นเป็นการที่ให้ออกไปแล้วก็เสร็จเรื่องกันคราวหนึ่ง ๆ แต่ศีลนั้นเมื่อรับมาปฏิบัติก็เป็นข้อผูกพันแก่ตนเองที่จะต้องเว้นจากสิ่งนั้นสิ่งนี้ เพราะฉะนั้นจึงปรากฏว่า

คนพากันทำทานมากกว่าจะปฏิบัติในศีล แต่ว่าควรจะปฏิบัติในศีลด้วย และการปฏิบัติในศีลนี้ก็นับว่า เป็นการฟอกล้างชำระจิตของตนให้บริสุทธิ์สะอาดยิ่งขึ้นไปอีกกว่าในขั้นทานนั้น เป็นการสร้างความไม่มีภัยไม่มีเวรให้กับตนเองและให้กับผู้อื่นด้วย สร้างความไม่เดือดร้อนให้กับตนเองและให้กับผู้อื่นด้วย และเป็นการก่อเมตตากรุณาให้ตั้งขึ้นในจิตมากขึ้นไปกว่าในขั้นทานนั้นอีกขั้นหนึ่ง และนอกจากนี้ยังให้สำเร็จอานิสงส์ดังที่พระบอกอยู่ทุกคราวที่ให้ศีลว่า

สีเลน สุคตึ ยนฺติ ถึงสุคติก็ด้วยศีล
สีเลน โภคสมฺปทา ความถึงพร้อมด้วยโภคสมบัติก็ด้วยศีล
สีเลน นิพฺพุตึยนฺติ ถึงความดับทุกข์ร้อนใจก็ด้วยศีล

เพราะว่าเมื่อพิจารณาดูแล้วก็จะเห็นว่า ศีลนั้นให้ไปสุคติจริง ๆ คือไปดีจริง ๆ ก็ในปัจจุบันนี่แหละ เมื่อมีศีลต่อกันแล้วไปไหนก็มีแต่ความสวัสดี เราก็ไม่ไปขโมยเขา เขาก็ไม่มาขโมยของ ๆ เรา เราก็ไม่ไปทำร้ายเขา เขาก็ไม่มาทำร้ายเราเป็นต้น ดั่งนี้แล้วก็เป็นสุคติคือไปดีนั่นเองถ้ามีศีลต่อกัน แต่ว่าคนอื่นนั้นเราไปบังคับเขาไม่ได้ แต่ตัวเรานั้นเราสามารถปฏิบัติตัวเราให้มีศีลได้ และยังเป็นเครื่องประกันโภคสมบัติให้เป็นสมบัติขึ้นอีกด้วย ไม่ให้เป็นวิบัติ กับยังสามารถดับทุกข์ร้อนใจต่าง ๆ ได้ด้วย

สวรรค์

ทานและศีลที่ปฏิบัตินี้ทำให้เกิดผลเป็นข้อที่สาม คือ สัคคะ อันได้แก่สวรรค์ สวรรค์ที่เป็นปัจจุบันท่านแสดงว่า ก็คือได้เห็นได้ยินได้ทราบได้รู้ทางทวารทั้งหก คือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ และเรื่องราวทั้งหลายอันเป็นที่น่ารักใคร่ปรารถนาพอใจนำให้เกิดความสุข เห็นรูปอะไรก็เป็นที่น่ารักใคร่ปรารถนาพอใจนำให้เกิดความสุข ได้ยินเสียงอะไร ได้ทราบกลิ่นอะไร รสอะไร โผฏฐัพพะอะไร อะไรผุดขึ้นในใจก็เป็นเช่นเดียวกัน ก็แปลว่าได้รับอารมณ์ที่ดีอยู่เป็นอันมาก ดังนี้แหละเป็นสวรรค์ปัจจุบันอันเรียกว่า ผัสสายตนิกะ คือสวรรค์ที่เป็นไปทางผัสสายตนะทั้งหกประการ เมื่อพากันปฏิบัติในทานในศีลดังกล่าวนั้น ก็ย่อมจะนำให้เกิดสวรรค์ดังกล่าวนั้นในปัจจุบันนี้ เมื่อปัจจุบันนี้เป็นอย่างไร ในอนาคตก็จะเป็นอย่างนั้น จึงได้ตรัสสวรรค์ไว้เป็นข้อที่สาม

กามาทีนพ

ต่อจากนั้นก็ตรัสกามาทีนพคือโทษของกามว่า สวรรค์นั้นกล่าวคือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ตลอดถึงเรื่องราวทั้งหลายที่น่ารักใคร่พอใจทำให้เกิดความสุขนั้น ถ้าหากว่าจิตใจไปติดเข้าก็เป็นกาม และเมื่อเป็นกามขึ้นมาก็ย่อมบังเกิดทุกข์โทษ ทุกข์โทษที่ได้รับนั้นย่อมมีอยู่เป็นอันมาก แต่ว่าสุขโสมนัสที่ได้รับนั้นมีอยู่เป็นส่วนน้อย เพราะฉะนั้นจึงได้ตรัสชี้ให้มองเห็นว่า บรรดา

ผลทั้งหลายที่ดีที่ชอบที่น่ารักใคร่ปรารถนาพอใจเหล่านั้น ก็ไม่พ้นไปจากรูปที่ตาเห็น เสียงที่หูได้ยินเป็นต้น อันเป็นที่น่ารักใคร่ปรารถนาพอใจ แต่ว่าสิ่งเหล่านั้นล้วนเป็นสิ่งที่ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ดำรงคงที่อยู่ไม่ได้ ต้องแปรปรวนเปลี่ยนแปลงไป เมื่อเป็นดั่งนี้จึงไม่มีใครสามารถที่จะยึดถือเอาไว้ได้ว่าจะต้องเป็นของ ๆ เรา จะต้องเป็นเราอยู่อย่างนั้นตลอดไป คือจะต้องเป็นเราผู้เสวยสวรรค์อยู่อย่างนั้นตลอดไป และสิ่งที่น่ารักใคร่ปรารถนาพอใจเหล่านั้นก็จะต้องเป็นของ ๆ เราอยู่ตลอดไป ไม่สามารถที่จะไปปรารถนายึดถือให้เป็นอย่างนั้นได้ เพราะเป็นสิ่งที่จะต้องแปรปรวนเปลี่ยนแปลงไป เป็นสิ่งที่ต้องเกิดดับ ฉะนั้น จึงได้รับสุขโสมนัสอยู่ในปัจจุบันเท่าที่สิ่งเหล่านั้นยังดำรงอยู่ หรือเท่าที่ชีวิตของตนยังดำรงอยู่เท่านั้น แต่แล้วครั้นความไม่เที่ยงมาถึง ความแปรปรวนเปลี่ยนแปลงมาถึงเข้า สิ่งเหล่านั้นก็จะต้องจากไป หรือตัวเราเองก็จะต้องจากสิ่งเหล่านั้นไป เมื่อเป็นดั่งนี้ โทษต่าง ๆ ก็ปรากฏขึ้นคือเป็นความทุกข์ต่าง ๆ จึงได้ตรัสชี้ให้มองเห็นโทษดั่งนี้ที่เรียกว่า กามาทีนพ โทษของกาม ก็คือโทษที่ไปรักใคร่ยึดถือว่าจะต้องเป็นของเรา จะต้องเป็นเราเอง

เนกขัมมานิสงส์

ครั้นได้ตรัสชี้กามาทีนพเป็นข้อที่สี่ดั่งนี้ ก็ได้ตรัสเนกขัมมานิสงส์ อานิสงส์ของเนกขัมมะคือการออกเป็นประการที่ห้า คือตรัสชี้ให้เห็นว่า เมื่อความจริงเป็นดั่งนี้ จึงไม่ควรที่จะหลงยึดถือในสิ่งเหล่านั้นว่าเป็นเรา เป็นของเราอย่างแท้จริง ให้มองเห็นว่าเป็นสิ่งที่ไม่เที่ยง เกิดดับ ต้องมีความแปรปรวนเปลี่ยนแปลงไปเป็นธรรมดา ไม่มีใครที่จะสามารถยึดถือเอาไว้ว่าเป็นเรา เป็นของเราอยู่ได้ตลอดไป เพราะฉะนั้นจึงสมควรที่จะเปลื้องจิตใจออก ไม่ยึดถือไว้ให้มั่นนัก แม้ว่าจะมีความยึดถืออยู่ตามธรรมดาของสามัญชน ก็ให้มีปัญญาที่รู้เท่าสำหรับที่จะนำจิตใจออกได้ในเมื่อความไม่เที่ยง ความแปรปรวนเปลี่ยนแปลงมาถึงเข้า และความไม่เที่ยง ความแปรปรวนเปลี่ยนแปลงนั้นก็มีอยู่เสมอ เพราะฉะนั้น จึงตรัสสอนให้รู้จักใช้ปัญญาพิจารณาในการที่จะนำจิตออกได้ดั่งนี้ การนำจิตออกได้ดั่งนี้เรียกว่า เนกขัมมะทางจิต เมื่อเนกขัมมะทางจิตมีขึ้นได้ เนกขัมมะทางกายก็จะมีได้ เมื่อเป็นดังนี้แล้ว จึงจะพบความสุขอันแท้จริงซึ่งเป็นความสุขที่เกิดจากเนกขัมมะนั้น ไม่ต้องเป็นทุกข์เดือดร้อนเพราะความหลงยึดถือในสิ่งที่ไม่เที่ยง ในสิ่งที่ต้องแปรปรวนเปลี่ยนแปลงนั้น ดั่งนี้เป็นเนกขัมมานิสงส์

การแสดงสวรรค์ก็เป็นการแสดงผลของทาน ของศีล ว่าให้เกิดผลดี นำให้เกิดความสุข เป็นการที่นำให้ผู้ปฏิบัติมองเห็นผลของการปฏิบัติในทานในศีลว่า ให้เกิดความสุขได้จริง เป็นความสุขที่ต้องการอันเรียกว่าสวรรค์นั้น ครั้นแล้วก็ได้ทรงแสดงกามาทีนพ คือโทษของกาม เพื่อเป็นการเตือนจิตมิให้หลงอยู่ในสวรรค์ ให้มองเห็นสวรรค์นั้นว่า ก็เป็นรูป เสียงเป็นต้นที่ไม่เที่ยง ต้องแปรปรวนเปลี่ยนแปลงไป เพราะฉะนั้น ถ้าไปหลงยึดถือเข้าก็เป็นโทษมากกว่าที่จะเป็นคุณ ก็เป็น

ปรมราชชนนีโถมนวรทานคาถา

๑. วรมตฺถุ มหยฺยาย   มหาราชสฺส มาตุยา
อสีติวสฺสปุณฺณาย   อิมสฺมึ ปวเร ทิเน

๒. ตุลาคมสฺส สมฺปตฺตํ   เอกวีสติมํ ทินํ
ทฺวิปญฺจทฺวิติวสฺเสสุ   อติกฺกนฺเตสุ สตฺถุโน

๓. ศฺรีนครินฺทราราช-   ชนนี ปรมุตฺตมา
คุณาลงฺการสมฺปนฺนา   สพฺพฏฺฐาเน นิรนฺตรํ

๔. ราชปีตุ ปิยา ชาตา   ปุตฺตธีตูน โปสิกา
สุสํวิหิตกมฺมนฺตา   รญฺโญ ทยฺยปชาย จ

๕. เมตฺตาทยาปุรกฺขาตา   อนเปกฺขา ภเยสุปิ
สุสงฺคเหหิ ทยฺยานํ   คจฺฉติ อตฺถสาธิกา

๖. วยวุฑฺฒาปิ อายุโส   อโนมจิตฺตเจตนา
นิจฺจํ อุสฺสุกฺกมาปนฺนา   หิตาหิตํ นิโยชิตุํ

๗. อิทาเนสา มหาอยฺยา   ปุณฺณอสีติวสฺสิกา
คุณวุฑฺฒวรา ภิยฺโย   สพฺเพหิ อภิปูชิตา

๘. รตนตฺตยานุภาเวน   กตปุญฺญสฺส เตชสา
อนิฏฺฐา จ วิคจฺฉนฺตุ   ตสฺสา อิฏฺฐา ภวนฺตุ จ

๙. สา อตฺถลทฺธา สุขิตา   วิรูฬฺหา พุทฺธสาสเน
อโรคา สุขิตา โหตุ   สห สพฺเพหิ ญาติภิ.

คาถาสดุดีพระเกียรติคุณและถวายพระพร สมเด็จพระบรมราชชนนี

๑. ขอถวายพระพรแด่ สมเด็จพระบรมราชชนนี สมเด็จพระแม่เจ้าพระองค์ใหญ่ ผู้ทรงมีพระชนมายุครบ 80 พรรษา ในวันอันประเสริฐนี้

๒. คือ วันที่ ๒๑ ตุลาคม พุทธศักราชล่วงแล้ว ๒๕๒๓ พรรษา ซึ่งมาถึงเข้าแล้ว ณ บัดนี้

๓. สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี ผู้ทรงพระคุณอันอุดมประเสริฐ ทรงถึงพร้อมด้วยคุณาลังการในฐานทั้งปวงตลอดมา

๔. ได้ทรงเป็นที่รักแห่งสมเด็จพระบรมราชชนก ทรงเลี้ยงดูอุปการพระราชโอรสธิดา ทรงจัดแจงการงานเป็นอย่างดี เพื่อสมเด็จพระปรมินทรมหาราชาธิราชเจ้า และเพื่อประชาชนชาวไทย

๕. ทรงมีพระเมตตา พระกรุณา เอ็นดูเป็นเบื้องหน้า ไม่ทรงห่วงใยแม้ในภัยอันตรายทั้งหลาย เสด็จพระราชดำเนินไปทรงบำเพ็ญประโยชน์แก่ประชาชนชาวไทยทั้งหลาย ด้วยความสงเคราะห์ต่าง ๆ เป็นอย่างดี

๖. แม้ทรงเจริญพระชนมายุแล้ว ก็ยังทรงมีพระราชหฤทัยจิตตเจตนาสูงไม่ตกต่ำ ทรงปฏิบัติขวนขวายประกอบกระทำประโยชน์เกื้อกูลน้อยใหญ่อยู่เนืองนิตย์

๗. บัดนี้ สมเด็จพระบรมราชชนนี พระแม่เจ้าพระองค์ใหญ่นี้ ได้เจริญพระชนมายุครบ ๘๐ พรรษา ยิ่งทรงเจริญด้วยพระคุณอันประเสริฐ อันชนทั้งปวงบูชาเทิดทูนอย่างยิ่ง

๘. ด้วยอานุภาพแห่งคุณพระศรีรัตนตรัย และด้วยเดชแห่งพระกุศลบุญญาธิการที่ได้ทรงบำเพ็ญแล้ว ขออนิฏฐะ คือสิ่งที่ไม่ปรารถนาทั้งหลาย จงสิ้นไป ขออิฏฐะ คือสิ่งที่ปรารถนาทั้งหลาย จงบังเกิดมีแด่ สมเด็จพระบรมราชชนนี ผู้ทรงพระคุณอันประเสริฐ

๙. ขอสมเด็จพระบรมราชชนนี ผู้ทรงพระคุณอันประเสริฐ ทรงได้รับประโยชน์ที่ทรงต้องการ ทรงบรรลุความสุข ทรงงอกงามไพบูลย์ในพระพุทธศาสนา ทรงไม่มีโรค ทรงประกอบด้วยความสุข พร้อมด้วยพระญาติทั้งหลาย นับแต่สมเด็จพระปรมินทรมหาราชาธิราชเจ้า ผู้ทรงพระคุณอันประเสริฐ พระราชวงศ์ รัฐบาล พร้อมทั้งข้าราชการและประชาชนชาวไทยทั้งปวง

พระธรรมเทศนา ทุลลภกถา
ในพระราชพิธีบำเพ็ญพระราชกุศลเฉลิมพระชนมายุ ๘๐ พรรษา
สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี
สมเด็จพระญาณสังวร (สุวฑฺฒโน) วัดบวรนิเวศวิหาร รับพระราชทานถวาย
ณ พระที่นั่งอมรินทรวินิจฉัย วันที่ ๒๑ ตุลาคม ๒๕๒๓ เวลา ๑๗.๐๐ น.

นโม ตสฺส ภควโต อรหโต สมฺมาสมฺพุทฺธสฺส

เทฺวเม ภิกฺขเว ปุคฺคลา ทุลฺลภา โลกสฺมึ กตเม เทฺว โย จ ปุพฺพการี

โย จ กตญฺญูกตเวที อิเม โข ภิกฺขเว เทฺว ปุคฺคลา โลกสฺมินฺติ

บัดนี้ จักรับพระราชทานถวายวิสัชนาพระธรรมเทศนา ในทุลลภกถา ฉลองพระเดชพระคุณประดับพระปัญญาบารมี ในการพระราชกุศลที่สมเด็จบรมบพิตรพระราชสมภารเจ้าทรงบำเพ็ญเฉลิมพระชนมายุครบ ๘๐ พรรษา แห่งสมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนีบรมบพิตรผู้ทรงพระคุณอันประเสริฐ เป็นการทรงแสดงออกซึ่งพระราชหฤทัยอันเปี่ยมด้วยพระมงคลสูงสุดคือกตัญญูกตเวทิตาธรรมต่อพระผู้ทรงเป็นบุพพการีผู้ประเสริฐสุด

อันองค์สมเด็จพระบรมราชบุพพการีพระองค์นี้ทรงมีพระราชคุณูปการยิ่งใหญ่ ไม่เฉพาะต่อส่วนพระองค์แต่ยังแผ่ไพศาลไปทั่วถึงพระบรมราชวงศ์ ต่อประเทศชาติประชาชน ต่อพระศาสนา และต่อสมณชีพราหมณ์ทั้งหลาย ความสำคัญอย่างยิ่งที่ทรงปฏิบัติเริ่มแต่เมื่อสมเด็จพระบรมราชชนกเสด็จสวรรคตในปีพุทธศักราช ๒๔๗๒ ขณะพระราชโอรสและพระราชธิดายังทรงเยาว์พระชันษาอยู่เป็นอันมาก ทรงถวายพระอภิบาลทุกพระองค์อย่างดีที่สุด และในปีพุทธศักราช ๒๔๗๗ เมื่อคณะรัฐบาลได้กราบบังคมทูลอัญเชิญพระราชโอรสพระองค์ใหญ่ให้เสด็จขึ้นครองราชสมบัติสืบราชสันตติวงศ์ ก็ทรงตัดสินพระราชหฤทัยพระราชทานพระอนุญาตให้เป็นไปได้ด้วยดี เป็นที่แน่นอนว่าแม้ไม่ทรงยินยอมแล้วก็ย่อมจะไม่มีพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวอานันทมหิดล รวมทั้งสมเด็จบรมบพิตรพระราชสมภารเจ้าผู้ทรงพระคุณอันประเสริฐ แม้เพียงเท่านี้ผู้มีปัญญาย่อมซาบซึ้งในพระราชคุณูปการอันหาที่เปรียบมิได้ต่อประเทศชาติ พระบารมีที่ยังความสวัสดี ความรุ่งเรืองร่มเย็นเป็นสุข ให้ดำรงอยู่ได้ยั่งยืนในท่ามกลางความเดือดร้อนทุกข์ยากแสนสาหัสของประเทศนานา สืบเนื่องมาแต่พระราชหฤทัยที่เด็ดเดี่ยวห่วงใยในประเทศชาติของสมเด็จพระบรมราชชนนีโดยแท้ ทรงประสบความทุกข์โทมนัสอย่างใหญ่หลวงถึงสองครั้งสองครา คือครั้งแรกเมื่อสมเด็จพระบรมราชชนกเสด็จสวรรคตและครั้งต่อมาเมื่อพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวอานันทมหิดลสวรรคต แต่ทรงมีพระราชหฤทัยเข้มแข็ง หนักแน่นในพระธรรมคำสั่งสอนของสมเด็จ

พระบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้า จึงทรงสามารถระงับความทุกข์ที่ใหญ่ยิ่งเสียได้ ทรงทุ่มเทพระราชหฤทัยถวายพระอภิบาลสมเด็จบรมบพิตรพระราชสมภารเจ้าซึ่งยังทรงพระเยาว์ และได้เสด็จเถลิงถวัลยราชสมบัติสืบต่อสมเด็จพระบรมเชษฐาธิราชมาจนปัจจุบัน ความเป็นพระมหากษัตริย์ที่สามารถชนะใจผู้คนทุกถ้วนหน้าอย่างยากจะหาพระมหากษัตริย์ทั้งหลายเปรียบเสมอ คือความเด่นชัดแห่งพระมหากรุณาธิคุณของสมเด็จพระบรมราชชนนีต่อพระบรมราชปิโยรสทั้งสองพระองค์และต่อประเทศชาติประชาชน

อนึ่ง ด้วยทรงมีพระปรีชาฉลาดลึกซึ้ง จึงทรงเห็นค่าของพระพุทธศาสนาว่าสูงส่ง จึงได้ทรงศึกษาและปฏิบัติอย่างจริงจัง เช่นเดียวกับที่ทรงเห็นความสำคัญของการศึกษาศาสนาทั้งหลาย ได้ทรงเข้าศึกษาในมหาวิทยาลัยโลซานน์ ในวิชาที่เกี่ยวกับศาสนาและปรัชญา และยังทรงศึกษาวิชาสังคมวิทยา กฎหมายระหว่างประเทศ ประวัติศาสตร์ วรรณคดี รัฐประศาสน-ศาสตร์ ภาษาบาลี และภาษาสันสกฤตเป็นต้น ทรงใช้วิชาความรู้เหล่านั้นประกอบกับพระราชหฤทัยผูกพันห่วงใยประเทศชาติอย่างแท้จริง ทรงบำเพ็ญประโยชน์ได้อย่างยิ่งตลอดมา

สมเด็จบรมบพิตรพระราชสมภารเจ้าทรงรำลึกถึงพระคุณอันประเสริฐที่พระราชชนกและพระราชชนนีทรงมี จึงได้มีพระบรมราชโองการโปรดเกล้าโปรดกระหม่อม ให้ประกาศเฉลิม**พระนามพระอัฐิสมเด็จพระราชบิดา เจ้าฟ้ามหิดลอดุลยเดช กรมหลวงสงขลานครินทร์ ตามที่จารึกในพระสุพรรณบัฏว่า** สมเด็จพระมหิตลาธิเบศรอดุลยเดชวิกรมพระบรมราชชนก ทรง**พระราชฐานันดรศักดิ์เสมอด้วยสมเด็จพระบวรราชเจ้าในพระบรมราชวงศ์ แห่งกรุงรัตนโกสินทร์ และเฉลิมพระนามาภิไธยสมเด็จพระราชชนนีศรีสังวาลย์ขึ้นเป็น สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี** ดังปรากฏข้อความในพระบรมราชโองการ ประกาศเฉลิมพระนามาภิไธย เมื่อวันที่ ๘ มิถุนายน พุทธศักราช ๒๕๑๓ ตอนหนึ่งว่า

"อนึ่ง ทรงพระราชดำริรำลึกถึงสมเด็จพระราชชนนี ว่าทรงพระคุณอันประเสริฐ ได้ทรงบำเพ็ญพระราชกรณียกิจอันได้บังเกิดประโยชน์แก่บ้านเมืองและประชาชนเป็นอเนกปริยาย มีพระหฤทัยเปี่ยมด้วยพระเมตตากรุณาธิคุณ ทรงห่วงใยในความเป็นอยู่ของประชาชนทั่วไป ได้เสด็จออกไปสอดส่องดูแลทุกข์สุขของราษฎรตามจังหวัดต่าง ๆ อยู่เป็นเนืองนิตย์ แม้ว่าจะเป็นท้องที่ห่างไกลทุรกันดารก็ทรงพระอุตสาหะเสด็จไปจนทั่วถึง โปรดให้จัดสร้างโรงเรียนชายแดนขึ้นเป็นหลายแห่งเพื่อให้เยาวชนในท้องถิ่นนั้น ๆ ได้มีโอกาสศึกษาเล่าเรียน ทรงจัดตั้งหน่วยแพทย์เคลื่อนที่ขึ้น และโปรดให้ออกไปทำการรักษาพยาบาลประชาชนในท้องที่ต่าง ๆ ทั่วราชอาณา-จักร เมื่อใดมีภัยพิบัติเกิดขึ้น ก็เสด็จออกไปเยี่ยมเยียนผู้ประสบเคราะห์ประสบภัยโดยทั่วหน้า ประทานทรัพย์สินส่วนพระองค์แก่ทางราชการและองค์การกุศลต่าง ๆ ให้จัดหาเครื่องอุปโภค

บริโภคตลอดจนยารักษาโรค เพื่อนำไปแจกจ่ายบรรเทาความเดือดร้อน นอกจากนี้ยังได้เสด็จออกเยี่ยมเยียนเจ้าหน้าที่ตำรวจทหารและพลเรือน ซึ่งมีหน้าที่ปฏิบัติราชการ ณ ชายแดนจนถึงฐานที่ปฏิบัติงาน โดยมิได้ทรงหวั่นเกรงต่อความยากลำบากและภยันตรายใด ๆ ด้วยทรงมุ่งหวังตั้งพระหฤทัยที่จะให้เกิดประโยชนสุขแก่ประชาชนส่วนรวมเป็นสำคัญ ในด้านการพระศาสนานั้นก็ได้ทรงสนับสนุนการศึกษาและการปฏิบัติธรรมอย่างกว้างขวาง และได้ทรงบริจาควัตถุปัจจัยเกื้อกูลกิจการต่าง ๆ ในพระบวรพุทธศาสนา และในศาสนาอื่น ๆ อยู่เสมอ ในส่วนพระองค์เล่าก็ทรงเป็นอุปการิณีมีคุณูปการยิ่งกว่าผู้ใด เบื้องต้นแต่ได้ทรงอภิบาลบำรุง และทรงอนุสาสน์สั่งสอนความดีงามตามขัตติยราชประเพณี ตั้งแต่ยังทรงพระเยาว์มา และยังมีพระหฤทัยสิเนหาห่วงใยอยู่มิได้ขาด ทั้งได้ทรงรับพระราชภาระปฏิบัติราชการแผ่นดินในคราวที่เสด็จพระราชดำเนินไปต่างประเทศเป็นหลายครั้ง บัดนี้ สมเด็จพระราชชนนีเสด็จเหลืออยู่พระองค์เดียว ที่ทรงเป็นเขตอันล้ำเลิศ อันจะให้เกิดสิริสวัสดิพิพัฒนมงคลแด่พระองค์

จึงมีพระบรมราชโองการโปรดเกล้าโปรดกระหม่อม ให้ประกาศเฉลิมพระนามสมเด็จพระราชชนนีศรีสังวาลย์ตามที่จารึกในพระสุพรรณบัฏว่า สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี ขออำนาจแห่งคุณพระศรีรัตนตรัย อำนาจแห่งพระกตัญญูกตเวทิตาธรรม และเทพเจ้าผู้ศักดิ์สิทธิ์ทั้งหลาย จงดลบันดาลอภิบาลรักษาพระองค์สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี ให้ทรงเจริญพระชนมายุ พรรณ สุข พล ปฏิภาณ ธนสารสมบัติ สรรพสิริสวัสดิพิพัฒนมงคล วิบูลศุภผลสกลเกียรติยศ ปรากฏมโหฬารตลอดจิรัฐิติกาล เทอญ”

รับพระราชทานถวายวิสัชนามาแต่ต้นจนบัดนี้ เป็นที่ปรากฏแจ้งชัดว่าสมเด็จบรมบพิตรพระราชสมภารเจ้าและสมเด็จพระบรมราชชนนีบรมบพิตรผู้ทรงพระคุณอันประเสริฐทรงเป็นผู้หาได้ยากสมดังพุทธภาษิตที่กล่าวไว้ว่า

เทฺวเม ภิกฺขเว ปุคฺคลา ทุลฺลภา โลกสฺมึ กตเม เทฺว โย จ ปุพฺพการี โย จ กตญฺญูกตเวที อิเม โข ภิกฺขเว เทฺว ปุคฺคลา ทุลฺลภา โลกสฺมึ

“ภิกษุทั้งหลาย บุคคลหาได้ยากในโลกเหล่านี้ ๒ คือ บุพพการีและกตัญญูกตเวที บุคคลหาได้ยากในโลก ๒ นี้แล”

บุพพการีได้แก่บุคคลผู้ทำอุปการะก่อน กตัญญูกตเวทีได้แก่บุคคลผู้รู้อุปการะที่ท่านได้ทำและประกาศอุปการะที่ท่านได้ทำให้ปรากฏคือตอบแทน ทั้งสองนี้เป็นคู่กัน ท่านยกขึ้นแสดงเป็นตัวอย่างไว้ ๔ คู่คือ ในทางวงศ์สกุล มารดาบิดาเป็นบุพพการีของบุตรธิดา บุตรธิดาเป็นกตัญญูกตเวทีของมารดาบิดา ในทางศึกษา ครูอาจารย์เป็นบุพพการีของศิษย์ ศิษย์เป็นกตัญญูกตเวทีของครูอาจารย์ ในทางอาณาจักร พระมหากษัตริย์ทรงเป็นบุพพการีของอาณาประชาราษฎร์

อาณาประชาราษฎร์เป็นกตัญญูกตเวทีของพระมหากษัตริย์ ในทางศาสนา พระบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงเป็นบุพพการีของสาวกสาวิกาศาสนิกชนทั้งปวง สาวกสาวิกาศาสนิกชนทั้งปวงเป็นกตัญญูกตเวทีของพระบรมศาสดา บุคคลทั้งสี่คู่นี้ยกขึ้นแสดงเป็นนิทัสสนะในฐานะที่ควรจะเป็นเช่นนั้น ในพระบาลีบทอุทเทศแสดงเป็นกลาง ๆ มิได้ระบุโดยเจาะจง ฉะนั้น เมื่อแสดงตามอธิบายในพระบาลีจึงหมายถึงธรรม คือ บุพพการิตธรรม ความทำอุปการะก่อนมีในผู้ใด ผู้นั้นก็ชื่อว่าบุพพการี กตัญญูกตเวทิตาธรรมมีในผู้ใด ผู้นั้นก็ชื่อว่ากตัญญูกตเวที ความทำอุปการะก่อนหมายถึงการให้อุปการะหรือสงเคราะห์อนุเคราะห์ทุกอย่างทุกวิธีด้วยจิตมีเมตตากรุณาเพื่อให้ผู้รับอุปการะมีความสุขปราศจากทุกข์เดือดร้อนไว้ก่อน ผู้ที่มีฐานะและโอกาสพึงทำอุปการะแก่ใครได้ แต่ไม่ทำ หรือทำก็ทำการเบียดเบียน แทนที่จะทำคุณเกื้อกูล เพราะมีจิตใจขาดเมตตากรุณา มากไปด้วยโลภโกรธหลง เช่นนี้มีอยู่ไม่น้อย อีกฝ่ายหนึ่ง ผู้ที่ได้รับอุปการะของท่านแล้วไม่รู้คุณท่านลบหลู่คุณท่าน หรือตอบแทนด้วยการทำให้ท่านผู้มีคุณแก่ตนเสียหาย ดังนี้ก็มีอยู่มาก ฉะนั้น จึงมีบุคคล ๒ จำพวก คือบุพพเวรี ผู้ทำเวรขึ้นก่อน และปฏิเวรี ผู้ทำเวรตอบ คือเป็นคู่ศัตรูกัน ฝ่ายแรกเป็นผู้ก่อกรรมที่เบียดเบียนขึ้นก่อน ฝ่ายหลังก็ก่อกรรมเบียดเบียนขึ้นตอบโต้ บุคคลสองจำพวกนี้มีอยู่มาก ตรงกันข้ามกับบุพพการีและกตัญญูกตเวทีซึ่งหาได้ยากกว่า ถึงเช่นนั้นก็ยังหาได้ เช่นบุคคลสี่คู่ที่ท่านยกเป็นนิทัสสนะในเมื่อได้ปฏิบัติต่อกันโดยชอบ ความสุขความเจริญทั้งปวงจึงยังมีอยู่ในโลก ความสุขความเจริญของแต่ละบุคคลย่อมเกิดจากบุพพการิตธรรมของท่านบุพพการีทั้งหลาย ตั้งต้นแต่มารดาบิดาผู้ให้กำเนิดและอุปการะเลี้ยงฟูมฟักรักษามา และครูอาจารย์ผู้ให้ศิลปวิทยา ในทางปกครองก็ได้รับพระมหากรุณาของพระมหากษัตริย์ ในทางจิตใจและความประพฤติก็ได้จากพระศาสนาของพระบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้า นอกจากนี้ยังได้จากผู้มีเมตตากรุณาให้อุปการะในทางต่าง ๆ ถ้าไม่มีท่านบุพพการีทั้งปวงก็จะเกิดมาไม่ได้ แม้เกิดมาแล้วก็ดำรงชีวิตอยู่ไม่ได้ ถึงดำรงอยู่ได้ก็ดำรงอยู่อย่างแร้นแค้นลำบาก ถึงจะมีผู้กล่าวว่า ท่านทั้งปวงนั้นมิใช่บุพพการี เป็นผู้ทำไปตามหน้าที่เป็นต้น คำกล่าวนั้นก็เป็นการแกล้งกล่าวหรือกล่าวโดยมิได้รู้ถึงคุณตามเป็นจริง เป็นคำกล่าวของผู้ไร้กตัญญูโดยแท้ เพราะกตัญญูคือรู้คุณนั้นย่อมหมายถึงรู้ซาบซึ้งถึงคุณในจิตใจด้วย คือเมตตากรุณาซึ่งมีอยู่ในท่านบุพพการี การทำกิจทั้งปวงสักแต่ว่าทำตามหน้าที่เพื่อค่าทดแทน กับการทำที่เกิดจากจิตใจประกอบด้วยเมตตากรุณาย่อมต่างกัน การไม่นับถือคุณในจิตใจ ก็คือการไม่นับถือธรรม เป็นการลบหลู่คุณหรือธรรม เป็นเหตุให้เกิดความเดือดร้อนต่าง ๆ ในโลก

ในโอกาสอันเป็นมหามงคลนี้จะขอรับพระราชทานถวายวิสัชนาในทุลลภบุคคลคู่ที่หนึ่ง คือมารดาบิดาและบุตรธิดา เฉลิมพระราชศรัทธาปสาทาธิคุณสืบต่อไป

มารดาบิดาชื่อว่าเป็นบุพพการีของบุตรธิดาเพราะเป็นผู้ทำบุพพการคุณแก่บุตรธิดา คือได้ทำอุปการะให้ก่อน ตั้งต้นแต่เป็นผู้ให้กำเนิดและได้เลี้ยงดูอุปถัมภ์มาโดยลำดับ ทางพุทธศาสนายกบิดาเป็นอันดับแรกในฐานะเป็นผู้ให้กำเนิดดังที่เรียกว่าชนกชนนี และได้ยกมารดาเป็นอันดับแรกในฐานะเป็นผู้กระทำกิจที่ทำได้ยากในการบำรุงเลี้ยงดังที่เรียกว่ามารดาบิดา ได้มีคาถาภาษิตในโสณนันทชาดกแสดงถึงมารดาไว้แปลความว่า มารดาหวังผลคือบุตรย่อมนมัสการเทวดาถามนักษัตฤกษ์ฤดูปี เมื่อทรงครรภ์ย่อมมีจิตรักถนอมบุตรในครรภ์มีหทัยมุ่งดีปรารถนาสุขจึงเรียกว่าผู้มีหทัยดี เมื่อได้บุตรธิดาออกมาแล้วก็เรียกว่าเป็นผู้ให้กำเนิด ย่อมถนอมเลี้ยงปลอบโยนจึงเรียกว่าผู้ปลอบโยน ย่อมบำรุงเลี้ยงระมัดระวังด้วยความรักคอยดูแลจึงเรียกว่าผู้เลี้ยงดู ย่อมรักษาทรัพย์ทั้งที่เป็นส่วนของมารดาทั้งที่เป็นส่วนของบิดาเพื่อบุตร ย่อมกังวลห่วงใยเดือดร้อนเพื่อให้บุตรเป็นอย่างนี้เพื่อให้บุตรทำสิ่งนี้ ครั้นเมื่อบุตรเติบใหญ่อยู่ในวัยคะนองยังไม่กลับมาในเวลาที่ควรกลับก็ย่อมเดือดร้อนกังวลถึง

อนึ่ง ได้มีพระพุทธภาษิตแสดงถึงอุปการคุณของมารดาบิดาคู่กันไปไว้อีกเป็นอันมาก เช่นในทิศ ๖ แสดงว่า มารดาบิดาเป็นปุรัตถิมทิศ คือทิศเบื้องหน้า ย่อมอุปการะบุตรธิดาด้วยสถาน ๕ คือ

๑. ห้ามมิให้ทำความชั่ว
๒. ให้ตั้งอยู่ในความดี
๓. ให้ศึกษาศิลปวิทยา
๔. ให้ครองเรือนด้วยบุคคลที่สมควร
๕. มอบทรัพย์ให้ในสมัยคือในเวลาอันควรมอบให้

ในสพรหมกสูตร พระบรมศาสดาตรัสไว้แปลความว่า ตระกูลที่บุตรธิดาบูชามารดาบิดาในบ้านเรือนชื่อว่าเป็นตระกูลที่มีพรหม มีบูรพาจารย์ มีบุพพเทพ มีอาหุไนยคือผู้ที่ควรบูชา คำว่าพรหมเป็นชื่อของมารดาบิดา คำว่าบูรพาจารย์เป็นชื่อของมารดาบิดา คำว่าบุพพเทพเป็นชื่อของมารดาบิดา คำว่าอาหุไนยผู้ควรบูชาเป็นชื่อของมารดาบิดา ข้อนั้นเป็นเพราะเหตุแห่งอะไร ก็เพราะเหตุว่า มารดาบิดาเป็นผู้มีอุปการะมาก เป็นผู้ทำนุถนอมเลี้ยงดูแสดงโลกนี้แก่บุตรธิดา ดังนี้

มารดาบิดาได้เป็นผู้มีอุปการะมากและเป็นพรหมเป็นต้นของบุตรธิดา เพราะเป็นผู้ประกอบด้วยพรหมวิหารธรรมในบุตรธิดา คือเมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา ความมีเมตตาคือมีความรักใคร่ปรารถนาให้เป็นสุข เช่นต้องการเห็นบุตรธิดาเป็นผู้ไม่มีโรคมีความสุขความเจริญยิ่ง ๆ ขึ้น ความมีกรุณาคือมีความสงสารคิดช่วยให้พ้นทุกข์ต่าง ๆ เช่น เมื่อเห็นบุตรธิดาเจ็บป่วยหรือมีทุกข์

ร้อนก็เกิดการุญจิตช่วยต่าง ๆ ความมีมุทิตาคือมีจิตพลอยยินดีเมื่อเห็นบุตรธิดามีความสุขวิ่งเล่นสนุกในเวลาเป็นเด็กหรือบรรลุถึงวัยเจริญงดงามหรือบรรลุถึงความสำเร็จในการศึกษาในการงานเป็นต้นก็บันเทิงเบิกบานยินดี ความมีอุเบกขาคือมีจิตมัธยัสถ์เป็นกลางในเมื่อเห็นบุตรธิดาสามารถเลี้ยงตนปกครองตนเองได้ตามธรรมดาของตน

เพราะประกอบด้วยพรหมวิหารธรรมเป็นหลักของจิตจึงได้ประกอบกระทำอุปการะต่าง ๆ เป็นอันมากซึ่งอาจรวมเข้าได้ในสังคหวัตถุ คือคุณเป็นเครื่องสงเคราะห์ ๔ อย่าง ได้แก่

๑. ทาน การให้สิ่งของต่าง ๆ

๒. ปิยวาจา เจรจาวาจาเป็นที่รัก

๓. อัตถจริยา ประพฤติสิ่งที่เป็นประโยชน์

๔. สมานัตตตา ความวางตนสม่ำเสมอไม่ถือตัว

เพราะเหตุที่มารดาบิดาประกอบด้วยพรหมวิหารธรรมและสังคหวัตถุธรรม ตั้งต้นขึ้นก่อนและดำเนินไปก่อนในบุตรธิดา อันพึงกล่าวได้ว่าเป็นผู้ให้ชีวิตเลือดเนื้อ ถนอมเลี้ยงชีวิตให้ดำรงอยู่ให้ดำเนินไปเจริญเติบใหญ่จนถึงสามารถดำรงชีวิตของตนเองได้ในโลก แต่ก็ยังมีความรักห่วงใยแนบแน่นเป็นไปในบุตรธิดาเป็นนิตยกาล จึงได้ชื่อว่าเป็นบุพพการีผู้ทำอุปการะก่อนของบุตรธิดา

ฝ่ายบุตรธิดาผู้ที่ได้รู้อุปการะคุณของมารดาบิดาซึ่งได้กระทำแล้วย่อมกระทำการตอบแทนพระคุณของท่านตามที่พระบรมศาสดาตรัสแสดงสอนไว้ในทิศทั้ง ๖ ข้อปุรัตถิมทิศว่า ให้ปฏิบัติตอบแทนคุณแห่งปุรัตถิมทิศคือมารดาบิดาด้วยสถาน ๕ คือ

๑. ท่านเลี้ยงมาแล้วเลี้ยงท่านตอบ

๒. รับทำกิจของท่าน

๓. ดำรงวงศ์ตระกูล

๔. ประพฤติตนให้สมควรเป็นผู้รับทรัพย์มรดก

๕. ให้ทักษิณาเพื่อท่านในภายหลัง

อนึ่ง ในมาตาปิตุคุณสูตร พระบรมศาสดาได้ตรัสสอนไว้โดยความว่า พระองค์ไม่ตรัสการตอบแทนได้โดยง่ายแก่บุคคล ๒ ท่านคือมารดาและบิดา บุตรธิดาพึงบริหารปฏิบัติบำรุงมารดาบิดาด้วยวิธีให้ท่านนั่งบนบ่าทั้ง ๒ คนละข้างของตน ปฏิบัติต่าง ๆ ตลอดอายุตั้งร้อยปีก็ตาม ยังมารดาบิดาให้ตั้งอยู่ในอิศราธิปัติราชัยแห่งแผ่นดินใหญ่นี้ซึ่งมีรัตนะทั้ง ๗ เป็นอันมากก็ดี ซึ่งถือเอาความว่าปฏิบัติบำรุงมารดาบิดาทางร่างกายด้วยการปฏิบัติบำรุงอย่างดียิ่งอย่างไรก็ตาม หรือปฏิบัติบำรุงด้วยการให้ลาภยศเป็นต้นแก่ท่านมากเพียงไรก็ตาม ก็ไม่ชื่อว่าได้กระทำเสร็จหรือได้กระทำตอบ

แทนเสร็จแก่มารดาบิดาทั้งสอง เพราะเหตุที่มารดาบิดาเป็นผู้มีอุปการะมากทำนุถนอมเลี้ยงดูแสดงโลกนี้แก่บุตรธิดาทั้งหลาย ส่วนบุตรธิดาผู้ใดทำมารดาบิดาผู้ไม่มีศรัทธา ทุศีล มีความตระหนี่ มีปัญญาทราม ให้สมาทานเข้าไปตั้งมั่นในความถึงพร้อมด้วยศรัทธา ศีล จาคะ และปัญญา บุตรธิดาผู้นั้นชื่อว่าได้กระทำเสร็จ กระทำการตอบแทนเสร็จแก่มารดาบิดา

คุณธรรมทั้งหลายมีศรัทธาเป็นต้นเหล่านี้เรียกว่าเป็นอริยทรัพย์ เป็นเครื่องทำนุบำรุงทางจิตใจอันเป็นข้อสำคัญ การปฏิบัติทำให้มารดาบิดาสบายใจได้รับความสุขทางใจแม้ด้วยการที่บุตรธิดาตั้งตนไว้โดยชอบก็ควรสงเคราะห์เข้าในข้อนี้ด้วย และแม้มารดาบิดาเองเมื่อได้อุปการะบุตรธิดาให้ตั้งอยู่ในอริยทรัพย์ เช่นอุปการะให้บุตรได้อุปสมบทบวชเรียนในพุทธศาสนาก็ชื่อว่าได้ให้อุปการะด้วยอริยทรัพย์ ซึ่งพึงนับว่าเป็นการให้อุปการะอย่างสูงเช่นเดียวกัน และก็สงเคราะห์เข้าได้ในหน้าที่ของมารดาบิดาข้อที่ว่า "ห้ามมิให้ทำความชั่ว ให้ตั้งอยู่ในความดี"

การปฏิบัติต่อมารดาบิดาโดยชอบตามพุทธศาสโนวาทของบุตรธิดาก็รวมสงเคราะห์เข้าได้ในสังคหวัตถุทั้ง ๔ มีทานเป็นต้นเช่นเดียวกัน

บุตรธิดาผู้รู้อุปการคุณของมารดาบิดาที่ได้กระทำแล้วและปฏิบัติตอบแทนโดยชอบตามพุทธศาสโนวาทชื่อว่ากตัญญูกตเวที คือผู้รู้อุปการคุณที่ท่านได้กระทำแล้วและประกาศอุปการคุณที่ท่านได้กระทำแล้วให้ปรากฏ คือปฏิบัติตอบแทนเป็นคุณปฏิการ ได้มีพระพุทธภาษิตตรัสไว้แปลความว่า "บุคคลผู้กตัญญูกตเวทีเป็นสัตบุรุษ ความกตัญญูกตเวทีนี้เป็นข้อที่สัตบุรุษทั้งหลายบัญญัติขึ้นไว้ ความกตัญญูกตเวทีนี้เป็นสัปปุริสภูมิ คือภูมิชั้นของสัตบุรุษ"

อันอุปการและปฏิการของบุคคลทั้ง 2 ฝ่าย ในฐานะเป็นบุพพการีและกตัญญูกตเวทีต่อกันนั้น ก็กล่าวได้ว่า เป็นการปฏิบัติด้วยบุญกิริยาทั้ง ๓ ต่อกันนั้นเอง คือด้วยบุญกิริยาอันสำเร็จด้วยทาน บุญกิริยาอันสำเร็จด้วยศีล บุญกิริยาอันสำเร็จด้วยภาวนา สังคหวัตถุทั้ง ๔ คือทานการให้ ปิยวาจา เจรจาวาจาเป็นที่รัก อัตถจริยา ประพฤติสิ่งที่เป็นประโยชน์ สมานัตตตา ความวางตนสม่ำเสมอไม่ถือตัว สงเคราะห์เข้าในทานและศีล ส่วนพรหมวิหารธรรมทั้ง ๔ มีเมตตาเป็นต้นและความรู้อุปการคุณของท่านสงเคราะห์เข้าในภาวนา

บุพพการีและกตัญญูกตเวทีทั้ง ๒ จำพวกนี้ พระบรมศาสดาตรัสไว้ว่าเป็นทุลลภบุคคล คือบุคคลผู้หาได้ยากในโลก เพื่อเป็นเครื่องเตือนใจของบุคคลทั้งหลายในโลกมิให้มัวเมาประมาทลุอำนาจของอวิชชาและโลภะหรือราคะ โทสะ โมหะ มีสติปัญญาระลึกรู้ในกรณียะคือกิจที่พึงทำตามควรแก่ฐานะภาวะของตน อบรมเมตตาเป็นต้นให้มีในกันและกัน เพื่อที่จะได้ปฏิบัติในการทำบุญเกื้อกูลกันและกัน แทนที่จะทำบาปเบียดเบียนกัน และเมื่อได้รับบุญรับคุณของท่านก็ให้รู้จักบุญรู้จักคุณของท่าน ไม่ลบหลู่คุณท่าน และปฏิบัติตอบแทนท่านด้วยบุญด้วยคุณเช่นเดียวกัน

และโดยเฉพาะทุกคนก็มีมารดาบิดาเพียง ๒ ท่านเท่านั้น มารดาบิดาเล่าก็มีบุตรธิดาเท่าที่มีอยู่เท่านั้น จึงมีจำนวนน้อย ฉะนั้น ข้อที่ตรัสไว้ว่าหาได้ยากในโลกจึงเป็นถ้อยคำเครื่องเตือนใจเป็นอย่างดี ทั้งยังได้ตรัสเป็นคาถาประพันธ์อนุศาสน์สั่งสอนให้ระลึกรู้และปฏิบัติเป็นบทสรุปแปลความว่า "มารดาบิดาผู้อนุเคราะห์ประชาคือผู้เกิดมาเรียกว่าเป็นพรหม บูรพาจารย์ อาหุไนยคือผู้ควรบูชาของบุตรธิดาทั้งหลาย เพราะฉะนั้นบุตรธิดาผู้เป็นบัณฑิตพึงนอบน้อมสักการะมารดาบิดาทั้งหลายด้วยข้าว น้ำ ผ้า ที่นอน การอบทาชะโลมด้วยสุคนธชาต การให้อาบ และการล้างทายาประคบนวดเท้า บัณฑิตทั้งหลายย่อมสรรเสริญบุตรธิดานั้นด้วยการปฏิบัตินั้นในมารดาบิดา บุตรธิดานั้นละไปแล้วย่อมบันเทิงในสวรรค์"

อนึ่ง ได้ตรัสเตือนให้ทุกฝ่ายสงเคราะห์กันด้วยสังคหวัตถุธรรมแปลความว่า "การให้ ๑ การเจรจาถ้อยคำเป็นที่รัก ๑ ความประพฤติสิ่งที่เป็นประโยชน์ ๑ ความวางตนสม่ำเสมอในธรรมทั้งหลาย ๑ ในบุคคลนั้น ๆ ตามสมควรในโลกนี้ เหล่านี้แลเป็นสังคหะคือเป็นเครื่องสงเคราะห์ยึดเหนี่ยวจิตใจในโลก เหมือนอย่างเพลาแห่งรถที่แล่นไปอยู่ ถ้าสังคหธรรมเหล่านี้ไม่พึงมีไซร้มารดาก็ไม่พึงได้ความนับถือหรือบูชาเพราะเหตุแห่งบุตร บิดาก็ไม่พึงได้ความนับถือหรือบูชาเพราะเหตุแห่งบุตร เพราะเหตุที่บัณฑิตทั้งหลายพิจารณาเห็นสังคหธรรมเหล่านี้ว่าพึงปฏิบัติ ฉะนั้นจึงบรรลุถึงความเป็นใหญ่และเป็นผู้ที่พึงสรรเสริญ" ด้วยประการฉะนี้

สมเด็จพระบรมราชชนนีบรมบพิตรได้ทรงประกอบด้วยพรหมวิหารธรรม สังคหวัตถุธรรม เป็นบุญกิริยาอันอุดม เป็นไปในสมเด็จบรมบพิตรพระราชสมภารเจ้าพร้อมทั้งสมเด็จพระบรมเชษฐาธิราชเจ้า และสมเด็จพระเชษฐภคินีบพิตร กับทั้งในสมเด็จพระนางเจ้าฯพระบรมราชสุณิสา สืบมาถึงพระราชโอรสธิดา พระราชประยูรวงศ์ จึงทรงเป็นองค์พระราชบุพพการีผู้มีพระคุณูปการเป็นอย่างยิ่งในพระองค์สมเด็จบรมบพิตรพระราชสมภารเจ้าผู้ทรงพระคุณอันประเสริฐ และสมเด็จพระบรมราชชนนีบรมบพิตรได้ทรงมีพระราชหฤทัยเปี่ยมด้วยพระเมตตากรุณาธิคุณอันเป็นพรหมวิหารธรรม ทรงประกอบสังคหวัตถุธรรมอันรวมเป็นบุญกิริยาอย่างยิ่ง โดยได้ทรงบำเพ็ญพระราชกรณียกิจอันได้บังเกิดประโยชน์แก่บ้านเมืองและประชาชนเป็นอเนกปริยายจึงทรงเป็นองค์พระบุพพการีแห่งประเทศชาติและประชาชน

สมเด็จบรมบพิตรพระราชสมภารเจ้าผู้ทรงพระคุณอันประเสริฐได้ทรงพระราชอนุสรณ์ถึงพระราชคุณูปการแห่งสมเด็จพระบรมราชชนนีบรมบพิตรซึ่งได้มีในพระองค์ยิ่งกว่าผู้ใด และได้ทรงปฏิบัติตอบแทนด้วยพระราชคุณปฏิการเพื่อให้สมเด็จพระบรมราชชนนีบรมบพิตรทรงพระเกษมสำราญทั้งทางพระวรกายทั้งทางพระหฤทัยทุกประการมาโดยลำดับ เมื่อมาบรรลุมหามงคลสมัยสมเด็จพระบรมราชชนนีบรมบพิตรทรงเจริญพระชนมายุครบ ๘๐ พรรษา เป็นเหตุให้ทรงพระ

โสมนัสปราโมทย์ และทรงบำเพ็ญพระราชกุศลเฉลิมพระชนมพรรษาสนองพระเดชพระคุณในบัดนี้ ชื่อว่าได้ทรงตั้งอยู่ในสัปปุริสภูมิ คือกตัญญูกตเวทิตาธรรมตามพระพุทธศาสโนวาท

ด้วยเหตุนี้จึงปรากฏทุลลภบุคคล คือบุคคลผู้หาได้ยากในโลก ซึ่งหาได้ขึ้นแล้ว คือสมเด็จพระบรมราชชนนีบรมบพิตรผู้ทรงเป็นองค์บุพพการี และสมเด็จบรมบพิตรพระราชสมภารเจ้าผู้ทรงเป็นองค์กตัญญูกตเวที จึงเป็นมงคลเหตุให้บรรลุถึงความเจริญตามพระพุทธภาษิตในมงคลสูตรที่ตรัสไว้แปลความว่า "ปุตตทารสังคหะ ความสงเคราะห์บุตรและภริยา มาตาปิตุอุปัฏฐานะ ความบำรุงมารดาบิดา เป็นมงคลอันอุดม"

อนึ่ง ประชาชนทั้งปวงผู้สำนึกรู้ในพระราชคุณูปการแห่งสมเด็จพระบรมราชชนนีบรมบพิตร ย่อมจะปฏิบัติตอบแทนตามควรแก่กิจและโอกาสนั้น ๆ แม้ด้วยการตั้งตนไว้โดยชอบ ปฏิบัติธำรงรักษาชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์ อันนับว่าเป็นการปฏิบัติเป็นกตัญญูกตเวทีอย่างยิ่ง และเมื่อได้เห็นได้ทราบพระราชธรรมจริยาทั้งปวงที่สมเด็จบรมบพิตรพระราชสมภารเจ้าได้ทรงปฏิบัติ ย่อมจะถือเป็นเนตตินิยมปฏิบัติต่อกันในฐานะที่พึงเป็นบุพพการีและกตัญญูกตเวทีต่อกันทั้ง ๔ คู่ คือมารดาบิดากับบุตรธิดาทั้งหลาย ครูอาจารย์กับศิษย์ทั้งหลาย พระมหากษัตริย์กับประชาราษฎร์ทั้งหลาย พระบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้ากับสาวกสาวิกาศาสนิกชนทั้งหลาย เมื่อทุกฝ่ายต่างปฏิบัติตนเป็นบุพพการีและกตัญญูกตเวทีต่อกันตามฐานะเป็นเหตุให้ได้ทุลลภบุคคลเป็นอันมากทั้งประเทศชาติแล้ว ย่อมจะเป็นเหตุให้เกิดสกลมหามงคลอันอุดมพร้อมทั้งความสุขสวัสดีทั่วไป

ขออำนาจพระราชกุศลทั้งปวงที่ทรงบำเพ็ญสนองพระเดชพระคุณสมเด็จพระบรมราชชนนีบรมบพิตร ในมงคลดิถีพระชนมายุครบ ๘๐ พรรษา ด้วยพระราชหฤทัยเปี่ยมด้วยพระกตัญญูกตเวทิตาธรรม จงเป็นไปเพื่อพระราชสิริสวัสดิ์พิพัฒนมงคลพระชนมสุขทุกประการ แด่สมเด็จพระบรมราชชนนีบรมบพิตรเพื่อเสด็จสถิตอยู่เป็นศรี คือมิ่งขวัญแห่งสมเด็จบรมบพิตรพระราชสมภารเจ้าพร้อมทั้งประเทศชาติ ศาสนา และประชาชน ตลอดจิรกาล

ลำดับนี้ พระสงฆ์ผู้ได้มาสันนิบาตในมหาอภิลักขิตมงคลกาลนี้ มีสมเด็จพระสังฆราชเป็นประธาน มีสมานฉันท์ตั้งสัตยาธิษฐาน ขอพระศรีรัตนตรัยที่ปรากฏเป็นมงคลสูงสุดของทวยเทพและมวลมนุษย์ทั้งหลาย ประสิทธิถวายแด่สมเด็จพระบรมราชชนนีบรมบพิตร

อรหํ สมฺมาสมฺพุทฺโธ **อุตฺตมํ ธมฺมมชฺฌคา**

มหาสงฺฆํ ปโพเธสิ **อิจฺจตํ รตนตฺตยํ**

พระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้า ได้ตรัสรู้ธรรมอันสูงสุด ยังพระสงฆ์หมู่ใหญ่ให้เบิกบานตื่นจากกิเลสนิทรา นี้จัดว่าพระรัตนตรัย คือวัตถุอันประเสริฐให้เกิดความดี ๓ ประการ ย่อมเป็นไปเพื่อความบริสุทธิ์อย่างยิ่งใหญ่ไพศาลแก่ผู้เลื่อมใส ด้วยเดชานุภาพพระศรีรัตนตรัยดลบันดาลขออุปัทวันตรายและอุปสรรคศัตรูทั้งหลาย จงอย่าบังเกิดถูกต้องพ้องพาน จงบำราศไกลจากสมเด็จพระบรมราชชนนีบรมบพิตร ขอความเป็นผู้ไม่มีโรค ความสุขสำราญ ความเป็นผู้มีอายุยืนนาน และความบริบูรณ์แห่งวัตถุทั้งหลาย อันเป็นที่ตั้งแห่งวิบุลผลทั้งสุขโสมนัสสวัสดิมงคลในที่ทุกสถาน จงเกิดมี จงเป็นไปเป็นนิตย์แด่สมเด็จพระบรมราชชนนีบรมบพิตร ขอเทพเจ้าทั่วจักรราศรีผู้สิงสถิตในรัฐมณฑล จงตั้งไมตรีจิตอภิบาลสมเด็จพระบรมราชชนนีบรมบพิตร พร้อมทั้งสมเด็จบรมบพิตรพระราชสมภารเจ้า สมเด็จพระนางเจ้า ฯ พระบรมราชินีนาถ พระราชโอรสธิดา พระราชประยูรวงศ์ กับทั้งคณะรัฐบาลและพสกนิกรชาวไทยทั้งปวง ด้วยอันนำเข้าไปใกล้ซึ่งอิฐวิบุลมนุญผลอันเป็นหิตานุหิตประโยชน์ และคอยป้องกันซึ่งสรรพโทษอย่าให้เกิดมี

สิทฺธมตฺถุ สิทฺธมตฺถุ สิทฺธมตฺถุ อิทํ ผลํ
เอตสฺมึ รตนตฺตยสฺมึ สมฺปสาทนเจตโส

ขอผลที่กล่าวนี้จงเป็นผลสัมฤทธิ์ จงเป็นผลสัมฤทธิ์ จงเป็นผลสัมฤทธิ์ แด่สมเด็จพระบรม-ราชชนนีบรมบพิตร ผู้มีพระราชมนัสเลื่อมใสในพระรัตนตรัยนี้ สมพระราชประสงค์ ทุกประการ

รับพระราชทานถวายพระธรรมเทศนาในทุลลภกถา เป็นปสาทนียมังคลานุโมทนา ด้วยประการฉะนี้ ขอถวายพระพร.

สฺรินครินฺทราปรมราชชนนิยา
อสีติวสฺสายุกาเล
ชยมงฺคลคาถา

สฺรินฺครินฺทราราช — ชนนี อิติ วิสฺสุตา
สงฺคเหตา ชเนตานํ สพฺพทยฺยานุกมฺปิกา
นิวาโส ยตฺถ ทยฺยานํ กาเลน ตตฺถ คจฺฉติ
ทยฺยิกา ปพฺพเตยฺยา จ ทูเร จ วนวาสิโน
กนฺตารทีปวาสี จ สพฺเพ ทุรูปสงฺกมา
ทยายุสฺสาหิตา เอสา เต ทยฺเย อุปสงฺกมิ
อุคฺคนฺตฺวา ปพฺพตํ อุจฺจํ ปพฺพเตยฺเยว ปสฺสิตุํ
ปทสา ทูรมคฺคนฺตํ ทฏฺฐุํ กนฺตารวาสิโน
นานาวตฺถูนิ ทตฺวาน วตฺถาทีนิ ยถารหํ
ปูวาทึ ทารกานญฺจ สิกฺขกานญฺจ เลขนํ
เย ตตฺถานกฺขรญฺญตฺถิ เตสกฺขราลยํ อกา
ตตฺเถว เย คิลานา จ อาพาธิกา จ ทุกฺขิตา
เตสํ ทุกฺขํ วิโนเทติ เวชฺชกมฺเมน ปายโต
เอวมาทิคุณูเปตา ทยฺยานํ พหุการิกา
ตสฺมา หิ สา มหามาตา สพฺพทยฺเยหิ สกฺกตา
สา อสีตฺยายุกาทานิ อภิมงฺคลสมฺมตา
สพฺเพ มยํ ปโมทนฺตา สจฺจการํ กโรม เส
ทสฺสามสฺสา วเร เสฏฺเฐ ภิยฺโยโส สุภวุฑฺฒิยา

พุทฺธสฺส เตโช อกนาสโก วโร
ธมฺมสฺส เตโช ภยธํสโก วโร
สงฺฆสฺส เตโช รุชหารโก วโร
อิจฺเจว ติณฺณํ รตนาน เตชสา
ทีฆายุกา สา สตโต ปรายุกา
วณฺเณนุเปตา วรปุญฺญมา วิย
อาโรคฺยยุตฺตา พลินี สุเขธิตา
สพฺพํ สเมนฺตี หทเยสุ อาตุรนฺติ ฯ

คำแปลคาถาถวายพระพรชัยมงคล
ในโอกาสที่สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี
ทรงเจริญด้วยพระชนมายุ ๘๐ พรรษา

สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี ทรงมีพระราชอัธยาศัยสงเคราะห์กลุ่มคนทั่วไป ทรงเอื้อเฟื้อเกื้อกูลแก่ชาวไทยทั้งมวลทุกหมู่เหล่า เสด็จพระราชดำเนินไปถึงที่อยู่อาศัยของชาวไทยตามกาลอันสมควร เสด็จฯขึ้นสู่เขาสูง เพื่อทรงพบกับหมู่ไทยชาวเขาถึงถิ่น เสด็จฯด้วยพระบาทไปสู่หมู่บ้านอันเป็นแดนกันดารป่าดง ด้วยทรงมีพระราชหฤทัยเปี่ยมด้วยพระมหากรุณา ได้โปรดพระราชทานสิ่งของต่าง ๆ มีผ้าเป็นต้นแก่คนเหล่านั้น และโปรดพระราชทานเครื่องเขียน สมุด ดินสอ แก่หมู่นักเรียน ในที่นั้น มีพวกที่ไม่รู้หนังสือ ก็โปรดสร้างโรงเรียน เพื่อให้คนเหล่านั้นได้เล่าเรียนกัน และในที่นั้น มีผู้เจ็บไข้ได้ทุกข์ ก็โปรดบรรเทาความทุกข์ของคนเหล่านั้น ด้วยกรรมของพวกนายแพทย์ โดยชอบ

สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนีพระองค์นั้น ทรงประกอบด้วยพระคุณ ดังที่พรรณนามาเป็นอาทิ ทรงมีพระราชูปการะเป็นอันมากแก่ประชาชนชาวไทยทุกหมู่เหล่า เพราะเหตุนั้นประชาชนชาวไทยจึงพากันเฉลิมพระนามด้วยความเทิดทูนเป็นล้นเกล้าว่า "สมเด็จพระแม่เจ้าผู้ยิ่งใหญ่"

บัดนี้ สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนีพระองค์นั้น ทรงเจริญด้วยพระชนมายุครบ ๘๐ พรรษา ซึ่งสมมุติกันว่าเป็นมงคลอันสูงสุด ชาวไทยทั้งผองต่างมีความบันเทิงกันทั่วหน้า ขอกระทำสัตยาธิษฐานถวายพระพรอันประเสริฐ เพื่อทรงประสบสิ่งมิ่งมงคลล้ำเลิศภิยโยตลอดไป

พระเดชพระพุทธเจ้าประเสริฐ ทำลายความทุกข์
พระเดชพระธรรมเจ้าประเสริฐ กำจัดภัย
พระเดชพระสงฆเจ้าประเสริฐ บำบัดโรค
ด้วยพระเดชพระรัตนตรัย ดังพรรณนามาฉะนี้
ขอสมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนีพระองค์นั้น
ทรงเจริญด้วยพระชนมายุยืนนานยิ่งกว่า ๑๐๐
พรรษา มีพระวรรณะผุดผ่อง ประหนึ่งดวงจันทร์

เพ็ญ อันปราศจากเมฆหมอกมาบดบัง ฉะนั้น ทรงปราศจากพระโรคาพาธมาเบียดเบียน ทั้งทางพระวรกายและพระราชหฤทัย ทรงสมบูรณ์ด้วยพระกำลัง ทรงประสบความเกษมสำราญ ทรงเป็นสมเด็จพระแม่เจ้า ระงับความอาดูรในดวงใจของไทยทั้งผอง ตลอดกาลนาน เทอญ ฯ

คำถวายพระพรชัยมงคล
ในโอกาสที่สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี
ทรงพระเจริญด้วยพระชนมายุ ๘๐ พรรษา

๑๖

- สมเด็จพระศรีนครินทรา อภิไธยสมญา
บรมราชชนนี ฯ
- พระราชอัธยาศัยทรงศรี น้อมทำกรรมดี
สงเคราะห์กลุ่มชนทั่วไป ฯ
- เอื้อเฟื้อเกื้อกูลชาวไทย ทุกเหล่าเผ่าใน
ทุกเขตทุกแคว้นแดนทอง ฯ
- พระเสด็จประเวศลำลอง แดนดินถิ่นของ
ชาวไทยในกาลอันควร ฯ
- เขาสูงคนแสนกำสรวล พระเสด็จถึงถ้วน
ด้วยพระบาทอันมั่นคง ฯ
- เยี่ยมเหย้าชาวดอยป่าดง ด้วยเจตน์จำนง
เปี่ยมด้วยพระมหากรุณา ฯ
- พระราชทานสิ่งของนานา ผ้าห่มขนมยา
แก่ผู้มาเฝ้าทั้งหลาย ฯ
- บรรดานักเรียนหญิงชาย ศึกษาขวนขวาย
โปรดประทานเครื่องแบบเครื่องเขียน ฯ
- ที่ใดไร้แหล่งโรงเรียน พระองค์ทรงเพียร
ก่อสร้างส่งเสริมศึกษา ฯ
- ถิ่นใดไร้แพทย์ขาดยา คนทุกขเวทนา
ทรงส่งหน่วยแพทย์พยาบาล ฯ
- สมเด็จฯ ปฏิบัติมานาน พระคุณตระการ
เป็นอาทิดังพรรณนา ฯ
- ทั่วทุกหมู่เหล่าชาวประชา พร้อมกันวันทา
ยกย่องเทิดทูนพระนาม ฯ

การฟอกจิตให้ออกจากความยึดถือเกี่ยวเกาะอยู่ในสิ่งที่เป็นสวรรค์ คือความสุขที่ต้องการกันอยู่นั้น แล้วก็ทรงแสดงอานิสงส์ของเนกขัมมะ คือการออก ชักนำให้นำจิตออกไป เป็นการฟอกจิตให้บริสุทธิ์ขึ้นอีกชั้นหนึ่ง ก็รวมเป็นอนุปุพพิกถา ๕ ข้อ

ครั้นทรงแสดงอนุปุพพิกถา ๕ ข้อนี้เป็นการฟอกจิตให้บริสุทธิ์ สมควรที่จะรับเทศนาในอริยสัจจ์ เหมือนอย่างการซักฟอกผ้าที่ไม่สะอาดให้สะอาดขึ้น สมควรที่จะรับน้ำย้อมได้แล้ว จึงทรงแสดงอริยสัจจ์ทั้งสี่ ชี้ให้เห็นทุกข์ เหตุเกิดทุกข์ ความดับทุกข์ ทางปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ และทุกข์ที่ทรงชี้นั้นก็ทรงชี้โดยปริยายที่เข้าใจได้ง่าย ดังที่ทรงชี้ให้เห็นสภาวทุกข์ คือชาติ ชรา มรณะ แล้วก็ทรงชี้ให้เห็นปกิณณกะทุกข์ มีโศกะเป็นต้น แล้วก็ทรงแสดงชี้ให้เห็นว่า ความประจวบกับสิ่งไม่เป็นที่รักเป็นทุกข์ ความพลัดพรากจากสิ่งที่เป็นที่รักเป็นทุกข์ ความปรารถนาไม่ได้สมหวังเป็นทุกข์ ก็เป็นการชี้ให้เห็นทุกข์ที่ทุก ๆ คนได้รับอยู่ปรกตินี้เอง

๒๕ มกราคม ๒๕๒๓

ครั้งที่ ๒ อุเบกขา

ความวางเฉยด้วยความรู้

ธรรมปฏิบัติข้อหนึ่งซึ่งผู้ปฏิบัติพึงปฏิบัติให้มีขึ้นก็คืออุเบกขา อุเบกขาที่พึงปฏิบัตินี้เป็นอุเบกขาส่วนเหตุ เพื่อที่จะให้ได้อุเบกขาที่เป็นส่วนผล และคำว่า "อุเบกขา" นี้ ก็เป็นคำที่พูดกันในภาษาไทย และก็มีคำแปลทั่วไปว่า ความวางเฉย เมื่อให้คำแปลและเข้าใจกันดังนี้ จึงทำให้เกิดความเข้าใจผิดก็มี เกิดความเข้าใจถูกก็มี ส่วนให้เกิดความเข้าใจผิดนั้นก็คือเข้าใจว่า อุเบกขาเมื่อเป็นความวางเฉยไปเสียทุกสิ่งทุกอย่าง ก็หมายความว่าไม่ทำอะไร ไม่เอาใจใส่ในอะไร จึงดูคล้าย ๆ กับผู้ที่มีใจไม่สมประกอบซึ่งไม่รู้เรื่องราวอะไร กลายเป็นผู้ที่มีใจเลื่อนลอย เป็นปัญญาอ่อนหรืออะไรทำนองนี้ ดังนี้เป็นความเข้าใจผิดในอุเบกขา ส่วนที่เป็นความเข้าใจถูกนั้นก็คือ เข้าใจอุเบกขาที่เป็นธรรมปฏิบัติอันถูกต้องซึ่งจะได้กล่าวต่อไป แต่ว่าในขั้นนี้ก็พึงมีความเข้าใจเป็นพื้นฐานไว้ก่อนว่า ความวางเฉยด้วยความไม่รู้ก็มีอยู่ แต่ว่าเป็นความวางเฉยที่มิใช่เป็นธรรมปฏิบัติในพุทธ-ศาสนา แต่อาจเป็นอุเบกขาที่มีเป็นธรรมชาติธรรมดา เหมือนอย่างความยินดีความยินร้ายและความวางเฉยไม่รู้จักยินดียินร้ายที่คนทั่วไปมีกันอยู่ คือเมื่อประสบอารมณ์อันเป็นที่ตั้งแห่งความยินดีก็เกิดความยินดี ประสบอารมณ์อันเป็นที่ตั้งแห่งความยินร้ายก็เกิดความยินร้าย ประสบอารมณ์ที่เป็นกลาง ๆ มิใช่เป็นที่ตั้งแห่งความยินดีหรือความยินร้าย ก็เกิดความรู้สึกเป็นกลาง ซึ่งก็เป็นอุเบกขา อาการของจิตเหล่านี้ทุกคนย่อมมีอยู่โดยปรกติ ผู้ที่ไม่เคยปฏิบัติธรรมเลยก็มีอุเบกขาเช่นนี้อยู่ดังนี้ เป็นอุเบกขาที่มีอยู่กันเป็นปรกติ มิใช่เป็นธรรมปฏิบัติ แต่ที่เป็นธรรมปฏิบัตินั้นหมายถึงความวางเฉยด้วยความรู้ คือรู้แล้วก็วางเฉย

อันความวางเฉยด้วยความรู้นี้เกี่ยวแก่การที่ต้องปฏิบัติทำจิตใจให้เกิดความวางเฉยขึ้น และความวางเฉยด้วยความรู้นี้ก็เป็นอาการของจิตที่มีความทนทานรู้แล้วก็วางเฉยได้ กับเป็นอาการของจิตที่ประกอบด้วยปัญญาเพ่งพินิจรู้ จึงหมายถึงรู้เรื่องที่เป็นไป กับรู้ที่เป็นปัญญา ดังจะยกตัวอย่างอันเรื่องที่เป็นไปนั้น ดังเช่น นินทา สรรเสริญ กล่าวได้ว่าบุคคลทุก ๆ คนจะต้องมีผู้นินทาบ้าง มีผู้สรรเสริญบ้างอยู่ด้วยกันทั้งนั้น และแต่ละคนจะต้องมีผู้นินทามีผู้สรรเสริญไม่ใช่น้อย แต่ว่าไม่ได้ยิน จึงไม่รู้ว่าเขานินทาอย่างไรบ้าง เขาสรรเสริญอย่างไรบ้าง จิตจึงเป็นกลาง ๆ ไม่ยินดีไม่ยินร้ายเพราะไม่รู้ คือไม่ได้ยินเขาพูด ไม่ทราบว่าเขาพูดอย่างนั้นอย่างนี้ดังนี้ เป็นลักษณะที่วางเฉยด้วยความไม่รู้จริง ๆ แต่อันที่จริงนั้นเขานินทาอยู่แล้ว เขาสรรเสริญอยู่แล้ว ซึ่งทุกคนก็จะเป็นอย่างนี้ด้วยกันทั้งนั้น ยิ่งคนที่มีชื่อเสียงมากต้องทำการงานเกี่ยวข้องกับคนเป็นอันมาก ก็จะต้องมีผู้สรรเสริญมาก มีผู้นินทามาก แต่ว่าเขาพูดลับหลัง ไม่รู้ เมื่อไม่รู้ก็เฉย ๆ ดังนี้เรียกว่าเฉย ๆ ด้วยความไม่รู้จริง ๆ

คราวนี้เมื่อได้ยินเขาพูด ได้ทราบว่าเขาพูดนินทาบ้าง สรรเสริญบ้างก็วางเฉยได้ ดังนี้เรียกว่ามีความทนทาน เป็นการวางเฉยด้วยความรู้ คือรู้เรื่องที่เป็นไป ซึ่งน่าจะยินดีก็ไม่ยินดี น่าจะยินร้ายก็ไม่ยินร้าย วางเฉยได้ นี้เป็นความรู้เรื่องที่เป็นไป มีจิตใจที่ทนทาน มั่นคง ก็วางเฉยได้ รู้ว่าเขาว่าก็วางเฉยได้ เขานินทา เขาสรรเสริญก็วางเฉยได้

อีกอย่างหนึ่งวางเฉยด้วยปัญญา คือว่าโดยปรกตินั้นก็จะต้องมีชอบใจไม่ชอบใจขึ้นมาก่อน แต่แล้วก็พิจารณาให้เกิดความรู้ที่เป็นปัญญาขึ้นมา เมื่อเกิดปัญญาขึ้นมาก็เกิดความวางเฉยได้ อันความวางเฉยได้ด้วยความรู้ที่เป็นปัญญานี้ต้องอาศัยการปฏิบัติอันเรียกว่า โยนิโสมนสิการ ทำไว้ในใจโดยแยบคาย พิจารณาให้เห็นเหตุเห็นผล เห็นสัจจะคือความจริง อันนี้แหละเป็นข้อปฏิบัติให้เกิดอุเบกขาซึ่งเป็นที่มุ่งหมายในทางปฏิบัติธรรม

อินทรียภาวนา

ในพระสูตรหนึ่งพระพุทธเจ้าได้ทรงแสดงสั่งสอนให้อบรมอุเบกขาทางอินทรีย์ทั้งหก คือ ทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย และทางมนะคือใจ อันเรียกว่า “อินทรียภาวนา” คือการอบรมอินทรีย์ โดยที่ได้ทรงปรารภถึงคำสอนในลัทธิอื่นที่มีเรื่องเล่าว่า ศาสดาของลัทธินั้นแสดงอินทรียภาวนา อบรมอินทรีย์ทั้งหกเหล่านี้อย่างไร ศาสดาของลัทธินั้นก็สอนสานุศิษย์ว่าให้หลับตาเสียอย่ามอง ให้อุดหูเสียอย่าฟัง เมื่อปฏิบัติดังนี้ก็ชื่อว่าเป็นการปฏิบัติทำอินทรียภาวนา พระพุทธเจ้าจึงได้ตรัสว่า ถ้าเช่นนั้นคนที่ตาบอดหูหนวกก็จะต้องเป็นผู้ที่ได้อบรมอินทรียภาวนาแล้ว และได้ทรงแสดงถึงวิธีอบรมอินทรียภาวนาในพุทธศาสนาโดยความว่า

อาศัยตากับรูปที่ประจวบกันก็เกิดอารมณ์ที่ชอบใจบ้าง ไม่ชอบใจบ้าง ทั้งสองอย่างบ้าง ก็ให้จับพิจารณาว่า อันความชอบใจไม่ชอบใจหรือทั้งสองอย่างนี้ เป็นสิ่งที่ปรุงแต่งขึ้นมา เป็นของหยาบ เป็นของที่อาศัยเหตุปัจจัยบังเกิดขึ้น ส่วนสิ่งนี้ละเอียดประณีตคืออุเบกขา ความที่วางใจเป็นกลางได้ เมื่อเกิดปัญญามองเห็นความจริงดังนี้ ความชอบใจไม่ชอบใจหรือว่าทั้งสองนั้นย่อมดับไปง่ายมาก ยากน้อย เหมือนอย่างหลับตาแล้วก็ลืมตาขึ้น ลืมตาแล้วก็หลับตาลง

อาศัยหูกับเสียงประจวบกัน ก็เกิดอารมณ์ที่ชอบใจบ้างไม่ชอบใจบ้างหรือทั้งสองอย่าง ก็ให้จับพิจารณาว่า ความชอบใจไม่ชอบใจหรือทั้งสองนั้นเป็นของที่ปรุงแต่ง เป็นของหยาบ เป็นของที่อาศัยเหตุปัจจัยบังเกิดขึ้น ส่วนสิ่งนี้ละเอียดประณีตคืออุเบกขา เมื่อพิจารณาเห็นดังนี้ ความชอบใจไม่ชอบใจหรือทั้งสองนั้นก็จะดับไปโดยง่ายมาก ยากน้อย เหมือนอย่างดีดนิ้ว

อาศัยจมูกกับกลิ่นเกิดอารมณ์ที่น่าชอบใจบ้างไม่ชอบใจบ้างหรือทั้งสองนั้น ก็ให้พิจารณาว่า อันความชอบใจไม่ชอบใจหรือทั้งสองนั้นเป็นของปรุงแต่ง เป็นของหยาบ เป็นของที่อาศัยเหตุปัจจัยเกิดขึ้น ส่วนสิ่งนี้ละเอียดประณีต คืออุเบกขา เมื่อพิจารณาเห็นดังนี้ ความชอบใจไม่ชอบใจหรือทั้งสองนั้นก็จะดับไปง่ายมาก ยากน้อย เหมือนอย่างหยาดน้ำที่ตกลงไปบนใบบัวที่เอียงหน่อยหนึ่ง ก็จะไหลตกลงไปโดยเร็ว

อาศัยลิ้นกับรส เกิดอารมณ์ที่ชอบใจบ้างไม่ชอบใจบ้างหรือทั้งสองนั้น ก็ให้พิจารณาว่า อันความชอบใจไม่ชอบใจหรือทั้งสองนั้นเป็นของปรุงแต่ง เป็นของหยาบ เป็นของอาศัยเหตุปัจจัยบังเกิดขึ้น แต่ส่วนนี้ละเอียดประณีตคืออุเบกขา เมื่อพิจารณาเห็นดั่งนี้ ความชอบใจไม่ชอบใจหรือทั้งสองนั้นก็จะดับไปโดยง่ายมากหรือยากน้อย เหมือนอย่างรวมก้อนเขพะที่ปลายลิ้น ก็บ้วนถ่มออกได้โดยง่าย

อาศัยกายและสิ่งที่กายถูกต้อง ก็เกิดอารมณ์ที่ชอบใจบ้างไม่ชอบใจบ้างหรือทั้งสองนั้น ก็ให้พิจารณาว่าความชอบใจไม่ชอบใจหรือทั้งสองนั้น เป็นของปรุงแต่ง เป็นของหยาบ เป็นของอาศัยเหตุปัจจัยบังเกิดขึ้น ส่วนสิ่งนี้เป็นของละเอียดประณีต คืออุเบกขา เมื่อพิจารณาเห็นดั่งนี้ ความชอบใจไม่ชอบใจก็จะดับไปโดยง่ายมาก ยากน้อย เหมือนอย่างคู้แขนที่เหยียดเข้ามา หรือว่าเหยียดแขนที่คู้ออกไป

อาศัยมโนคือใจและธรรมคือเรื่องราว เกิดอารมณ์ที่ชอบใจบ้างไม่ชอบใจบ้างหรือทั้งสองนั้น ก็ให้พิจารณาว่า อันความชอบใจไม่ชอบใจหรือทั้งสองนั้นเป็นของปรุงแต่ง เป็นของหยาบ เป็นของอาศัยเหตุปัจจัยบังเกิดขึ้น แต่ส่วนนี้ละเอียดประณีต คืออุเบกขา เมื่อพิจารณาเห็นดั่งนี้ ความชอบใจไม่ชอบใจหรือทั้งสองอย่างนั้นก็จะดับไปโดยง่ายมาก ยากน้อย เหมือนอย่างหยาดน้ำสองสามหยดที่ตกลงไปในกะทะที่ร้อน หยาดน้ำนั้นก็จะแห้งเหือดหายไปโดยเร็ว

ฉะนั้น ตามพระพุทธภาษิตนี้จึงเป็นการตรัสสอนให้ปฏิบัติอุเบกขาด้วยปัญญาคือความรู้ คือให้ใช้ปัญญาพิจารณาในขณะที่ประสบอารมณ์ทางอินทรีย์ทั้งหกเหล่านี้อันเป็นอารมณ์ที่ชอบใจไม่ชอบใจหรือทั้งสองอย่างนั้น ส่วนการที่จะดับความยินดีความยินร้ายหรือทั้งสองอย่างนั้นได้เร็วหรือช้าเพียงไรนั้นก็สุดแต่ปัญญาที่มองเห็น เมื่อมีปัญญามองเห็นถนัดชัดแจ้งว่าความชอบใจไม่ชอบใจหรือทั้งสองอย่างนั้นเป็นของปรุงแต่งไม่ใช่เป็นของจริง เป็นของหยาบ ไม่ละเอียดประณีต เป็นของที่อาศัยปัจจัยบังเกิดขึ้น คือเป็นสิ่งเกิดดับ เมื่อปัญญามองเห็นปรุโปร่งได้เร็วก็ดับได้เร็ว ถ้าปัญญามองเห็นปรุโปร่งได้ช้าก็ดับได้ช้า แต่ว่าแม้จะดับได้ช้า ก็ดีกว่าไม่ใช้ปัญญาพิจารณา เพราะเมื่อใช้ปัญญาพิจารณา ความยินดีความยินร้ายหรือทั้งสองอย่างนั้นก็ถูกเพ่งพินิจคือถูกดู เป็นการส่งจิตกลับเข้ามาดู ดูตัวความยินดีความยินร้ายหรือทั้งสองอย่างนั้น ดูความชอบใจไม่ชอบใจหรือ

ทั้งสองอย่างนั้น เมื่อมองเห็นว่าเป็นของปรุงแต่งเป็นของหยาบ เป็นของอาศัยเหตุปัจจัยบังเกิดขึ้นอันทำจิตใจให้เศร้าหมอง ให้กระสับกระส่ายกระวนกระวายเดือดร้อน ย่อมจะมีความอึดอัดระอารังเกียจ รังเกียจต่อความยินดีความยินร้ายหรือทั้งสองอย่างนั้น ระอาอึดอัดต่อความยินดีความยินร้ายหรือทั้งสองอย่างนั้น เมื่อเป็นดั่งนี้ ก็จะทำให้ความยินดีความยินร้ายหรือทั้งสองอย่างนั้นไม่เพิ่มขึ้น มีแต่จะลดน้อยลงไป และเมื่อเพ่งพินิจพิจารณาเข้าบ่อย ๆ คือเพ่งดูบ่อย ๆ ก็จะสงบลงไปจนดับหายในที่สุด เพราะว่าสิ่งที่ไม่ใช่สัจจะคือความจริงนั้นย่อมไม่ทนต่อความเพ่งพินิจ

อนุตตรอินทรียภาวนา

การเพ่งพินิจดูจิตอันประกอบด้วยความยินดีความยินร้าย ความชอบใจไม่ชอบใจหรือทั้งสองอย่างนั้น จะทำให้พบลักษณะหน้าตาของความยินดีความยินร้าย ความชอบใจไม่ชอบใจหรือทั้งสองอย่างนั้นอันมีลักษณะที่น่าอึดอัดน่าระอาน่ารังเกียจ ก็จะเกิดความอึดอัดระอารังเกียจภาวะเหล่านี้ของจิตใจขึ้นมาเอง จะทำให้ลดถอยจนถึงสงบหายไปคือว่าดับไปได้ แม้จะช้าก็ยังดี ดีกว่าปล่อยไว้โดยที่ไม่เพ่งกลับเข้ามาดู แต่ว่ามองออกไปข้างนอก มองออกไปยึดถืออยู่ในตัวอารมณ์ที่เป็นที่ตั้งความยินดีความยินร้าย ความชอบใจไม่ชอบใจ ความหลงงมงายนั้น เมื่อเป็นดั่งนี้ ก็เป็นการที่เหมือนอย่างเสริมเชื้อให้แก่ความยินดีความยินร้าย ความชอบใจไม่ชอบใจ จะทำให้เพิ่มมากขึ้น และตั้งอยู่นาน สงบยาก ก่อความเดือดร้อนให้แก่จิตใจมาก ทำจิตใจให้ไม่สงบมาก ฉะนั้น วิธีปฏิบัติตามที่พระพุทธเจ้าได้ทรงสั่งสอนไว้นี้ จึงเรียกว่าเป็นอนุตตรอินทรียภาวนา คือการอบรมอินทรีย์ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ อันเยี่ยม ก็คือปฏิบัติให้ได้อุเบกขาขึ้นมาในอารมณ์นั้นเอง

เสขปฏิปทา

การส่งจิตกลับเข้ามาดูเมื่อบังเกิดความยินดีความยินร้าย ความชอบใจไม่ชอบใจหรือทั้งสองอย่างนั้นขึ้นในอารมณ์ที่บังเกิดอาศัยอินทรีย์ทั้งหกเหล่านี้ เพ่งพินิจดู บังเกิดความอึดอัดระอารังเกียจต่อความยินดียินร้าย ความชอบใจไม่ชอบใจหรือทั้งสองอย่างนี้ที่ตนเองเรียกว่าเป็นเสขปฏิปทา คือเป็นข้อปฏิบัติของพระเสข หรือกล่าวกลาง ๆ ว่าของผู้ที่ศึกษาปฏิบัติพระพุทธศาสนา คำว่า "เสข" นั้นปรกติท่านก็หมายถึงพระเสขบุคคลผู้บรรลุมรรคผลตั้งแต่ขั้นที่หนึ่งขึ้นไป คำเป็นกลาง ๆ ก็ว่าผู้ศึกษาพุทธศาสนาทั่วไปก็พึงปฏิบัติดั่งนี้ คือเข้ามาดู เพ่งพินิจที่ตัวความยินดีความยินร้าย ความชอบใจไม่ชอบใจหรือทั้งสองอย่างนั้น ในขณะที่ประสบอารมณ์ทางตา หู เป็นต้น ให้เกิดความอึดอัดระอารังเกียจต่อความยินดีความยินร้ายหรือทั้งสองอย่างนั้น ดั่งนี้เป็นวิธีปฏิบัติดับ และแม้การปฏิบัติดั่งนี้ก็เป็นการปฏิบัติสติปัฏฐานของพระพุทธเจ้านั่นเอง เพราะก็รวมเข้าในกาย เวทนา จิต ธรรม และโดยเฉพาะการปฏิบัติพิจารณาทรากศพก็เป็นวิธีปฏิบัติอย่างหนึ่ง อันจะทำให้เกิด

ความอึดอัดระอารังเกียจต่อความยินดีความยินร้าย ความชอบใจไม่ชอบใจหรือทั้งสองอย่างนั้น เพราะว่ากายอันนี้ทั้งที่เป็นกายตนบ้าง กายผู้อื่นบ้าง ย่อมเป็นที่ตั้งของความยินดีชอบใจ หรือความยินร้ายไม่ชอบใจ หรือทั้งสองอย่างนั้นได้เป็นอย่างมาก แต่เมื่อมาพิจารณาให้เห็นเป็นทรากศพ ปลงใจลงไปได้ ก็จะสงบความชอบใจไม่ชอบใจหรือทั้งสองอย่างนั้น เป็นอุเบกขาขึ้นมาได้

๑๖ สิงหาคม ๒๕๒๒

ครั้งที่ ๓ อุเบกขา (ต่อ)

ฉฬังคุเบกขา

การปฏิบัติสติปัฏฐานพิจารณากาย เวทนา จิต ธรรม กำจัดอภิชฌา โทมนัส คือความยินดี ความยินร้ายในกาย เวทนา จิต ธรรม ก็เป็นการปฏิบัติทำอุเบกขานั้นเอง เพราะอุเบกขานั้นมีลักษณะที่ทำจิตใจให้ตั้งอยู่สม่ำเสมอ ให้มัธยัสถ์เป็นกลาง ไม่ยินดีไม่ยินร้าย ดังที่ได้แสดงแล้วว่า ทำอุเบกขาในอารมณ์ทั้งหลายที่ประสบทางทวารทั้งหก อุเบกขาดั่งนี้มีชื่อเรียกว่า ฉฬังคุเบกขา อุเบกขาประกอบด้วยองค์หกคือประกอบด้วยจิตที่สม่ำเสมอในอารมณ์ทั้งหก มีรูปารมณ์ อารมณ์คือรูปเป็นต้น

วิธีปฏิบัติทำอุเบกขาในอารมณ์ทั้งหกนี้ อาศัยการพิจารณาทางปัญญา ดังเช่นที่แสดงแล้วว่าพิจารณาว่า อารมณ์ทั้งหกอันเป็นที่ตั้งแห่งความชอบใจไม่ชอบใจหรือทั้งสองอย่างนั้น กับความชอบใจไม่ชอบใจทั้งสองอย่างนั้นที่บังเกิดขึ้นในอารมณ์เหล่านั้นเป็นของปรุงแต่งคือไม่ใช่เป็นของจริง เป็นของหยาบคือไม่ใช่เป็นของละเอียด เป็นของที่อาศัยเหตุปัจจัยบังเกิดขึ้น คือเมื่อบังเกิดขึ้นด้วยเหตุปัจจัย สิ้นเหตุปัจจัยก็ดับ จึงมีความเกิดดับเป็นธรรมดา ส่วนสิ่งที่ละเอียดประณีตก็คืออุเบกขา อันเป็นความไม่ปรุงแต่ง และเป็นสิ่งที่มิได้อาศัยเหตุปัจจัยบังเกิดขึ้นเหมือนอย่างความชอบใจไม่ชอบใจนั้น ดั่งนี้เป็นวิธีพิจารณาอย่างหนึ่ง

อีกอย่างหนึ่งตรัสสอนไว้ให้ใช้ปัญญาพิจารณาอันเรียกว่า ทำภาวนาเสมอด้วยดิน เสมอด้วยน้ำ เสมอด้วยไฟ เสมอด้วยลม เสมอด้วยอากาศ โดยจับพิจารณาว่าคนทั้งหลายทิ้งของที่สะอาดบ้างไม่สะอาดบ้างลงบนแผ่นดิน แผ่นดินก็ย่อมไม่อึดอัดระอารังเกียจรับไว้ได้ทั้งนั้น คนทั้งหลายล้างของที่สะอาดบ้างไม่สะอาดบ้างในน้ำ น้ำก็ไม่อึดอัดระอารังเกียจ ล้างได้ทุกอย่าง ไฟเล่าก็ไหม้ของที่สะอาดบ้างไม่สะอาดบ้างได้ทุกอย่าง โดยไม่อึดอัดระอารังเกียจ ลมก็เช่นกันพัดสิ่งที่สะอาดบ้างไม่สะอาดบ้างได้ทุกอย่างโดยไม่อึดอัดระอารังเกียจ อากาศคือช่องว่างนั้นก็เช่นเดียวกันไม่ตั้งอยู่เฉพาะในที่ไหน ๆ เมื่อทำภาวนาเสมอด้วยดิน น้ำ ไฟ ลม อากาศ ความพอใจไม่พอใจชอบใจไม่ชอบใจหรือทั้งสองอย่างที่บังเกิดขึ้นก็ไม่ครอบงำจิต จิตย่อมตั้งอยู่ในอุเบกขา คือความที่เข้าไปเพ่งอยู่อย่างสงบ ไม่ขึ้นไม่ลง มีอาการสม่ำเสมอ ไม่ยินดี ไม่ยินร้ายในอารมณ์ทั้งปวง การพิจารณาดั่งนี้เรียกว่าทำภาวนาเสมอด้วยดิน น้ำ ไฟ ลม อากาศ ก็เป็นวิธีฝึกหัดทำจิตให้เป็นอุเบกขาอีกอย่างหนึ่ง

ธาตุอุเบกขา

อันดิน น้ำ ไฟ ลม อากาศ ที่รับสิ่งที่สะอาดบ้างไม่สะอาดบ้างได้ทุกอย่างดังกล่าวนั้น ก็เพราะมีความเป็นธาตุ คือความเป็นสิ่งที่ทรงอยู่ดำรงอยู่ของตน ดินก็ทรงความเป็นธาตุ คือความ

ที่แข้นแข็ง น้ำก็ทรงความเป็นธาตุ คือความที่เอิบอาบเหลวไหล ไฟก็ทรงความเป็นธาตุไฟคือร้อนเผาไหม้ ลมก็ทรงความเป็นธาตุลมคือพัดไหว อากาศก็ทรงความเป็นธาตุอากาศคือเป็นช่องว่าง เมื่อเป็นดั่งนี้จึงสามารถรองรับได้ทุกอย่าง ดังที่ใช้คำว่า "โดยไม่อึดอัดระอารังเกียจ..." ฉะนั้น การที่จิตรับอารมณ์ได้อย่างนั้น จิตก็จะต้องทรงความเป็นธาตุ คืออุเบกขาธาตุ ธาตุอุเบกขา โดยที่ฝึกหัดปฏิบัติให้จิตมีความทนทานต่ออารมณ์ทั้งปวงที่มาประสบ

ญาณอุเบกขา

การฝึกหัดปฏิบัติจิตให้มีความทนทานต่ออารมณ์ที่ได้รับอยู่เสมอ จะช่วยทำให้จิตเพิ่มพลัง เพิ่มความสามารถในการรองรับอารมณ์ทั้งหลายได้มากยิ่งขึ้นโดยลำดับ การรับอารมณ์โดยใช้ปัญญาพิจารณาดังนี้ เรียกว่าเป็นญาณอุเบกขา คือเป็นอุเบกขาด้วยความรู้ ความรู้อารมณ์นั้น ๆ ด้วย และความรู้ที่เป็นตัวปัญญาพิจารณาด้วย ตรงตามศัพท์ของอุเบกขาที่แปลว่าความเข้าไปเพ่ง ความเข้าไปดู

คำว่า "เข้าไป" นั้นก็หมายถึงว่า เข้าไปดูอยู่ในจิตเข้าไปเพ่งอยู่ในจิต ไม่ออกมาข้างนอก เมื่อไม่ออกมาข้างนอกจึงมีอาการที่ปล่อย ไม่ถือเอาไว้ มีอาการที่หยุดคือไม่วุ่นวายจัดทำอย่างนั้นอย่างนี้ คำว่าเข้าไปย่อมมีความหมายดังนี้ คือไม่ออกมา แต่การเข้าไปนั้นก็ไม่ใช่เข้าไปนอนหลับอยู่ ปิดหูปิดตา ไม่ดูไม่ฟัง เหมือนอย่างคนตาบอดหูหนวก แต่ว่าเพ่งพินิจและดู การดูการเพ่งพินิจแม้เข้าไปดูเข้าไปเพ่งพินิจอยู่เพียงในจิต ไม่ออกดังกล่าวนั้น แต่ถ้ายังมีความชอบมีความชังมีความพอใจไม่พอใจ มีความยินดียินร้ายก็แสดงว่า ยังออกมาเกาะเกี่ยวอยู่กับอารมณ์ทั้งหลายในภายนอกเหล่านั้น จึงไม่ชื่อว่าวาง เพราะยังมีความเกาะเกี่ยวอยู่ และยังไม่ชื่อว่าหยุด เพราะว่าจิตยังกระสับกระส่ายวุ่นวายอยู่ด้วยความชอบความชัง ความยินดีความยินร้าย ฉะนั้น จึงยังไม่ชื่อว่าเป็นอุเบกขาอีกเหมือนกัน คือแม้ว่าอาการทางกายทางวาจาไม่แสดงออกให้ปรากฏ แต่ยังมีความชอบใจไม่ชอบใจยินดียินร้ายอยู่ในจิต ก็ยังไม่ปล่อย ยังไม่หยุด ยังไม่วาง ยังไม่เฉย เพราะอาการที่ปล่อยนั้นก็คือ วางนั่นเอง หยุดนั้นก็คือเฉยนั่นเอง เมื่อยังมียินดียินร้ายอยู่ ก็ยังไม่ปล่อยยังไม่วาง ยังไม่หยุด ยังไม่เฉย ยังเกี่ยวพันอยู่ ก็แปลว่า ยังไม่ใช่อาการที่เข้าไปเพ่งดู เข้าไปดูพินิจอย่างสงบ ต่อเมื่อปล่อยได้วางได้หยุดได้เฉยได้ คือว่าตัดความยินดีความยินร้ายได้ เป็นการตัดความเกาะเกี่ยวของจิตต่ออารมณ์ทั้งหลายเหล่านั้น ตัดกระแสจิตที่ออกไปเกาะเกี่ยวนั้นได้ ก็เป็นอันนำจิตกลับเข้ามาตั้งอยู่ในฐานะเป็นผู้ดู เป็นผู้รู้ เป็นผู้เห็นเท่านั้น ดั่งนี้ จึงจะเป็นการเข้าไปดู เข้าไปเพ่งจริง ๆ เพราะแม้ว่าจะสงบทางกาย ทางวาจา เมื่อกระแสจิตยังออกไปเกาะเกี่ยวพัวพัน ก็ได้ชื่อว่ายังไม่

เข้าไป คือยังออกมา ต่อเมื่อตัดกระแสจิตที่ออกมาเกี่ยวเกาะพัวพันด้วยความชอบความชัง จึงจะชื่อว่าเพ่งดูอยู่จริง ๆ

อาการที่เข้าไปเพ่งเข้าไปดูโดยแท้จริงที่มีลักษณะดังกล่าวนี้จึงมีลักษณะอาการของอุเบกขาที่บริสุทธิ์ ซึ่งจะต้องมีตัวความรู้ รู้ในอารมณ์นั้น ๆ ด้วยที่เป็นการรู้ทางตา ทางหู เป็นต้น และรู้ที่เป็นตัวปัญญาด้วยอันเกิดจากการภาวนา วิธีภาวนาเสมอด้วยธาตุดินเป็นต้นดังกล่าว หรือวิธีที่ตรัสสอนพิจารณาว่า ความยินดีความยินร้ายเป็นสิ่งปรุงแต่งเป็นต้น หรือแม้วิธีอื่นใดที่ผู้ปฏิบัติจะพึงใช้ด้วยตนเองอันเป็นโยนิโสมนสิการ การพิจารณาทำไว้ในใจโดยแยบคาย แม้การปฏิบัติในสติปัฏฐาน ตั้งสติพิจารณากายเป็นต้น ทุกปัพพะคือทุกข้อ ย่อมเป็นไปเพื่อให้เกิดอุเบกขาอันบริสุทธิ์เหมือนดังที่กล่าวมาแล้ว แม้ในปัพพะข้อที่ว่าด้วยป่าช้าก็เช่นเดียวกัน

๑๗ สิงหาคม ๒๕๒๒

ครั้งที่ ๔ อุเบกขา (ต่อ)

ได้แสดงฉฬังคุเบกขาหรือผัสสะอุเบกขา คือการปฏิบัติทำจิตให้สม่ำเสมอ ไม่ขึ้นลงด้วยความยินดียินร้ายในอารมณ์ทั้งหก ที่ผ่านเข้ามาสู่จิตทางทวารทั้งหก และได้แสดงการปฏิบัติอบรมจิตให้เสมอด้วยดิน น้ำ ไฟ ลม อากาศ ด้วยการพิจารณาว่าดิน น้ำ ไฟ ลม อากาศ ปราศจากความยินดีความยินร้ายในเมื่อมีใคร ๆ เขาทิ้งของสะอาดบ้างไม่สะอาดบ้างลงแผ่นดิน เป็นต้น จนถึงอากาศก็ไม่ข้องติดอยู่ในที่ไหน ๆ พิจารณาทำจิตให้เป็นเหมือนอย่างนั้นในขณะที่ประสบผัสสะทั้งหลายที่ชอบใจบ้าง ไม่ชอบใจบ้าง วิธีปฏิบัติอบรมจิตนั้นก็อาศัยปัญญาที่พิจารณา เป็นโยนิโสมนสิการ ทำไว้ในใจโดยแยบคาย และวิธีพิจารณาปฏิบัตินี้ยังได้มีพุทธภาษิตตรัสสั่งสอนไว้อีกหลายประการ โดยที่พระพุทธเจ้าได้ทรงเป็นพระผู้มีพระภาค คือเป็นผู้จำแนกแจกธรรมสั่งสอนประชุมชน ทรงบอกทรงเปิดเผยชี้แจงและแสดงกระทำให้ตื้น เพื่อให้ทุกคนได้ทราบทางปฏิบัติเพื่อปฏิบัติให้ประสบผล โดยปริยายอีกประการหนึ่ง ได้ตรัสสอนให้พิจารณาให้รู้จักอายตนะภายในหก อายตนะภายนอกหก วิญญาณหก สัมผัสหก และมโนปวิจาร ๑๘ แม้ว่าฟังดูจะมีหัวข้อมาก แต่ก็เป็นเรื่องที่มีอยู่ในนาม รูป หรือกายใจนี้ของทุก ๆ คนทั้งนั้น

อายตนะหก

อายตนะภายในหกก็คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และมโน หรือมนะ ที่แปลว่าใจ

อายตนะภายนอกหกก็คือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ สิ่งที่กายถูกต้อง และธรรมคือเรื่องราว

วิญญาณหก

วิญญาณหกก็คือจักขุวิญญาณ ความรู้สึกเห็นรูปทางตา โสตวิญญาณ ความรู้สึกได้ยินเสียงทางหู ฆานวิญญาณ ความรู้สึกทราบกลิ่นทางจมูก ชิวหาวิญญาณ ความรู้สึกทราบรสทางลิ้น กายวิญญาณ ความรู้สึกทราบโผฏฐัพพะ คือสิ่งที่กายถูกต้องทางกาย มโนวิญญาณ ความรู้สึกรู้เรื่องทางมโนคือใจ

สัมผัสหก

สัมผัสหกก็คือ ตากับรูปและจักขุวิญญาณประจวบกันเข้าเป็นจักขุสัมผัส สัมผัสทางตา หูกับเสียงและโสตวิญญาณประจวบกันเข้าก็เป็นโสตสัมผัส สัมผัสทางหู จมูกกับกลิ่นและฆานวิญญาณประจวบกันเข้าเป็นฆานสัมผัส สัมผัสทางจมูก ลิ้นกับรสและชิวหาวิญญาณประจวบกันเข้าเป็นชิวหาสัมผัส สัมผัสทางลิ้น กายกับโผฏฐัพพะและกายวิญญาณประจวบกันเข้าเป็นกายสัมผัส มโน ใจกับธรรมคือเรื่องราวและมโนวิญญาณสัมผัสกันเข้าเป็นมโนสัมผัส กล่าวง่าย ๆ ก็คือ สัมผัส

กับจิตแรงขึ้น กระทบกับจิตแรงขึ้น อะไรกระทบ ก็อารมณ์นั่นแหละกระทบกับจิตแรงขึ้นก็ให้เกิดเวทนา คือความรู้สึกเป็นสุขหรือเป็นทุกข์หรือเป็นกลาง ๆ อาการที่อารมณ์มากระทบจิตอันให้เกิดความรู้สึกเป็นสุขหรือเป็นทุกข์หรือเป็นกลาง ๆ ทางจิตนี้เรียกว่าสัมผัส และความสุขทางจิตเรียกว่า โสมนัสคือสุขใจ ความทุกข์ทางจิตเรียกว่า โทมนัสคือทุกข์ใจ

มโนปวิจาร ที่ท่องเที่ยวไปของใจ ๑๘

อันโสมนัส สุขใจ โทมนัส ทุกข์ใจ กับอุเบกขาคือความรู้สึกเป็นกลาง ๆ ไม่ทุกข์ไม่สุขอีกอย่างหนึ่ง ย่อมบังเกิดขึ้นจากอารมณ์ที่เข้ามาทางอายตนะดังกล่าวนั่นแหละ อารมณ์บางอย่างเป็นที่ตั้งของโสมนัสคือสุขใจ อารมณ์บางอย่างเป็นที่ตั้งของโทมนัสคือทุกข์ใจ อารมณ์บางอย่างเป็นที่ตั้งของอุเบกขา คือความรู้สึกเป็นกลาง ๆ ไม่ทุกข์ไม่สุข ฉะนั้น บุคคลหรือว่าจิตนี้จึงท่องเที่ยวไป คือตริกตรองไปในอารมณ์เหล่านี้ ท่องเที่ยวคือตริกตรองไปในอารมณ์ คือรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ และเรื่องราวทั้งหลายอันเป็นที่ตั้งของความสุขใจ ก็นับได้ ๖ ท่องเที่ยวคือตริกตรองไปในอารมณ์คือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ และเรื่องราวอันเป็นที่ตั้งแห่งความทุกข์ใจก็นับได้อีก ๖ ท่องเที่ยวคือตริกตรองไปในอารมณ์คือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ และเรื่องราวอันเป็นที่ตั้งของอุเบกขาก็นับได้ ๖ ๖-๓ ก็เป็น ๑๘ จึงเป็นมโนปวิจาร ๑๘ มโนปวิจารก็แปลว่าที่ท่องเที่ยวไปของใจ ก็คือที่ตริกตรองไปของใจ ใจคิดนึกตริกตรองไปในเรื่องนั้นบ้างในเรื่องนี้บ้าง แต่ก็อาจประมวลเข้าได้ว่า ย่อมท่องเที่ยวคือตริกตรองไปในอารมณ์ทั้ง ๑๘ นี้ ไม่นอกไปจากนี้ คือในอารมณ์ที่เป็นเรื่องรูป เรื่องเสียง เรื่องกลิ่น เรื่องรส เรื่องโผฏฐัพพะ และเรื่องของเรื่องเหล่านี้ทั้งหลาย เป็นที่ตั้งของโสมนัสคือสุขใจบ้าง เป็นที่ตั้งของโทมนัสคือทุกข์ใจบ้าง เป็นที่ตั้งของอุเบกขาคือเป็นกลาง ๆ ไม่ทุกข์ไม่สุขบ้าง

เคหสิตะและเนกขัมมสิตะ

พระพุทธเจ้าได้ตรัสสอนให้แบ่งอารมณ์ทั้ง ๑๘ นี้ออกไปเป็นสองฝ่าย คือฝ่ายที่อาศัยเรือนเรียกว่า เคหสิตะฝ่ายหนึ่ง ฝ่ายที่อาศัยเนกขัมมะ เรียกว่า เนกขัมมสิตะอีกฝ่ายหนึ่ง เคหสิตะ ฝ่ายที่อาศัยเรือนนั้นก็หมายถึงอารมณ์ทั้งหกเหล่านั้น ทั้งที่เป็นที่ตั้งของสุขใจ ทั้งที่เป็นที่ตั้งของทุกข์ใจ ทั้งที่เป็นที่ตั้งของอุเบกขา อันเกี่ยวข้องอยู่กับบ้านเรือนทั้งหลาย ก็คือเกี่ยวข้องอยู่กับโลก เกี่ยวข้องอยู่กับกามคุณ เพราะบ้านเรือนนั้นย่อมเป็นที่ตั้งของโลก เป็นที่ตั้งของกามคุณทั้งหลาย เมื่อพูดว่าอาศัยเรือน คืออาศัยบ้านเรือน ก็หมายถึงเรื่องทางบ้าน เรื่องทางโลก เรื่องเกี่ยวกับกามคุณทั้งหลาย ซึ่งเป็นของโลก เป็นของบ้าน เป็นของเรือน นี้เรียกว่าเคหสิตะ ส่วนที่อาศัยเนกขัมมะนั้นเนกขัมมะแปลว่าการออก โดยตรงก็คือการออกจากเรือน การออกจากบ้าน จึงหมายถึงออกจากโลก

ออกจากกามคุณ นี้เรียกว่าเนกขัมมสิตะ อาศัยเนกขัมมะ เคหสิตะ อาศัยเรือนนั้นจึงมีความหมายถึงความเกี่ยวเกาะพัวพันด้วยอำนาจของกิเลส เป็นต้นว่ากิเลสกองราคะบ้าง โทสะบ้าง โมหะบ้าง ส่วนเนกขัมมสิตะนั้นหมายตรงกันข้าม ก็เป็นการที่ออกจากเครื่องเกี่ยวเกาะพัวพันทั้งหลาย คือออกจากกิเลสที่เป็นกองราคะบ้าง โทสะบ้าง โมหะบ้างนั้นเอง ฉะนั้น จึงได้ตรัสจำแนกแบ่งออกไปสำหรับเป็นทางปฏิบัติ เป็นโสมนัสคือสุขใจที่อาศัยเรือน โสมนัสคือสุขใจที่อาศัยเนกขัมมะ โทมนัสคือทุกข์ใจที่อาศัยเรือน โทมนัสคือทุกข์ใจที่อาศัยเนกขัมมะ อุเบกขาคือที่เป็นกลาง ๆ ไม่ทุกข์ไม่สุขที่อาศัยเรือน อุเบกขาที่อาศัยเนกขัมมะ ฝ่ายละ ๖ ฝ่ายละ ๖ ตามอารมณ์ทั้งหกนั้น

เคหสิตะโสมนัส

โสมนัส คือสุขใจที่อาศัยเรือนนั้นอย่างไร ก็คือเมื่อได้พบเห็น รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ และเรื่องราวทั้งหลายที่น่าปรารถนา น่ารักใคร่ น่าพอใจ น่ารื่นรมย์ใจ หรือว่าระลึกถึงรูป เสียง เป็นต้นที่น่าปรารถนา น่ารักใคร่ ซึ่งเคยได้มาแล้ว แม้ว่าจะได้ดับผ่านพ้นไปแล้วก็ตาม ก็เกิดโสมนัสคือสุขใจขึ้นมา ดังนี้เรียกว่าเคหสิตะโสมนัส สุขใจที่อาศัยเรือนอาศัยบ้าน

เคหสิตะโทมนัส

คราวนี้เมื่อพบเห็นรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ และเรื่องราวที่ไม่ได้ คือเมื่อพบเห็นการไม่ได้ ประสบการไม่ได้ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ และเรื่องราวที่น่าปรารถนา น่ารักใคร่พอใจ รื่นรมย์ใจ หรือว่าระลึกถึง รูป เสียง เป็นต้น ที่น่าปรารถนารักใคร่เหล่านั้นซึ่งเคยไม่ได้มาแล้ว ก็เกิดโทมนัสขึ้น ดังนี้ก็เป็นเคหสิตะโทมนัส

เคหสิตะอุเบกขา

คราวนี้อุเบกขาคือความรู้สึกเป็นกลาง ๆ ไม่ทุกข์ไม่สุขของคนทั่วไป ซึ่งได้ประสบอารมณ์เหล่านั้น อันไม่พอจะให้สุขใจ ไม่พอจะให้ทุกข์ใจ ก็เกิดความรู้สึกเป็นกลาง ๆ ขึ้นมา เป็นเรื่องปรกติสามัญของคนทั่วไป โดยที่มิได้พิจารณาให้เห็นคุณโทษต่าง ๆ อารมณ์ดังกล่าวมานี้ก็มีเป็นอันมากเหมือนกัน และทุกคนที่เป็นคนสามัญเมื่อประสบพบพานแล้วก็เฉย ๆ เฉย ๆ เพราะไม่พอที่จะให้ยินดีสุขใจ ไม่พอที่จะให้ยินร้ายทุกข์ใจ ไม่ได้ใช้ปัญญาพิจารณาอะไร เป็นอุเบกขาขึ้นมาเป็นปรกติสามัญ ก็เรียกว่าเคหสิตะอุเบกขา อุเบกขาที่อาศัยเรือนอาศัยบ้านอีกเหมือนกัน

เนกขัมมสิตะโสมนัส

ในส่วนเนกขัมมสิตะอาศัยเนกขัมมะนั้น ก็ได้แก่เมื่อประสบอารมณ์ทั้งหลายก็ได้ทราบถึงความที่อารมณ์เหล่านั้นเป็นของไม่เที่ยง ทราบถึงความแปรปรวน ความเสื่อมถอย ความดับของอารมณ์เหล่านั้น ได้พิจารณาเห็นด้วยปัญญาโดยชอบว่า รูปทั้งหลาย เสียงทั้งหลาย กลิ่นทั้งหลาย รสทั้งหลาย โผฏฐัพพะ สิ่งที่เคยถูกต้องทั้งหลาย เรื่องทั้งหลาย เป็นสิ่งไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ทนอยู่ไม่ได้ ต้องแปรปรวนเปลี่ยนแปลงไป จึงได้เกิดโสมนัสความสุขใจขึ้นมาดั่งนี้เรียกว่า เนกขัมมสิตะโสมนัส

เนกขัมมสิตะโทมนัส

คราวนี้เมื่อประสบอารมณ์ทั้งหลายก็ได้ทราบถึงความที่อารมณ์เหล่านั้นไม่เที่ยง ทราบถึงความแปรปรวนเปลี่ยนแปลง ความเสื่อมคลาย ความดับของอารมณ์เหล่านั้น ได้พิจารณาเห็นด้วยปัญญาโดยชอบว่า รูปทั้งหลาย เสียงทั้งหลาย กลิ่นทั้งหลาย รสทั้งหลาย โผฏฐัพพะทั้งหลาย เรื่องราวทั้งหลาย เป็นสิ่งไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ต้องแปรปรวนเปลี่ยนแปลงไป จึงได้บังเกิดความกระหยิ่มปรารถนาจะได้วิโมกข์คือความหลุดพ้นอันยอดเยี่ยมอยู่บ้างเหมือนอย่างพระอริยะทั้งหลาย ซึ่งท่านได้เข้าถึงวิโมกข์คือความหลุดพ้นนั้นอยู่ เมื่อเกิดความปรารถนาขึ้นมาดั่งนี้ แต่ก็ยังไม่ได้ ก็เกิดความโทมนัสหรือทุกข์ใจเสียใจขึ้นมา เพราะเหตุแห่งความปรารถนาจะได้วิโมกข์นั้นเป็นปัจจัยดั่งนี้เรียกว่า เนกขัมมสิตะโทมนัส โทมนัสที่อาศัยเนกขัมมะ

เนกขัมมสิตะอุเบกขา

คราวนี้เมื่อประสบอารมณ์ทั้งหลายก็ทราบและได้พิจารณาเห็นด้วยปัญญาอันชอบดังที่กล่าวมา แล้วก็บังเกิดอุเบกขาคือความที่ไม่รู้สึกเป็นสุขหรือเป็นทุกข์ เป็นกลาง ๆ วางใจลงไปได้ แต่แม้เช่นนั้นก็ไม่ล่วงพ้นอารมณ์เหล่านั้น เพราะว่าเป็นอุเบกขาเพียงในขั้นที่เป็นเวทนา ดั่งนี้เรียกว่า เนกขัมมสิตะอุเบกขา อุเบกขาที่อาศัยเนกขัมมะ

พระพุทธเจ้าได้ตรัสสอนให้พิจารณาจำแนกกายใจนี้ที่เป็นไปอยู่ของตนเอง จับดูให้รู้จักอายตนะภายใน อายตนะภายนอก วิญญาณ สัมผัส มโนปวิจาร ที่ท่องเที่ยวไปของใจ ๑๘ และพิจารณาให้รู้จักโสมนัสคือสุขใจ โทมนัสคือทุกข์ใจ กับอุเบกขาที่รู้สึกว่าเป็นกลาง ๆ ไม่ทุกข์ไม่สุข อันเป็นฝ่ายที่อาศัยบ้าน อาศัยเรือน เรียกว่า เคหสิตะบ้าง ที่อาศัยเนกขัมมะคือการออกบ้าง และเมื่อพบว่า เป็นฝ่ายที่อาศัยบ้านอาศัยเรือน ก็ให้ปฏิบัติพิจารณาแก้ไขให้กลับมาอาศัยเนกขัมมะเป็นข้อ ๆ ไป เมื่อเป็นดั่งนี้ ก็จะเป็นข้อปฏิบัติที่อาศัยกายใจของตนอันจำแนกมาดังกล่าวนี้แหละ

ปฏิบัตินำตนออกจากเครื่องพัวพันเกี่ยวเกาะ หรือออกจากกิเลสกองราคะบ้าง กิเลสกองโทสะบ้าง กิเลสกองโมหะบ้าง ก็อาศัยสุขใจบ้าง ทุกข์ใจบ้าง อุเบกขาบ้างนี่แหละ เป็นแนวปฏิบัตินำเข้าสู่เนกขัมมะคือการออก

การปฏิบัติในสติปัฏฐานแม้ในหมวดป่าช้า ก็เป็นการปฏิบัตินำจิตออกจากฝ่ายเคหสิตะ เข้ามาสู่ฝ่ายเนกขัมมสิตะ

๒๒ สิงหาคม ๒๕๒๒

ครั้งที่ ๕ อุเบกขา (ต่อ)

ได้แสดงวิธีปฏิบัติแยกแยะกระบวนการทางจิตตามที่พระพุทธเจ้าได้ทรงสั่งสอนโดยกำหนด อายตนะภายในหก อายตนะภายนอกหก วิญญาณหก สัมผัสหก มโนปวิจาร ที่เที่ยวไปของใจ ๑๘ โดยกำหนดว่าจิตใจนี้ย่อมเที่ยวไป คือตรึกตรองไปในอารมณ์รวมเข้าก็อารมณ์หก คือในเรื่องรูป เรื่องเสียง เรื่องกลิ่น เรื่องรส เรื่องโผฏฐัพพะ และเรื่องของเรื่องเหล่านั้น อันเป็นที่ตั้งแห่งโสมนัส คือสุขใจก็เป็น ๖ เป็นที่ตั้งแห่งโทมนัสคือทุกข์ใจก็เป็น ๖ เป็นที่ตั้งของอุเบกขาความรู้สึกเป็นกลาง ๆ ไม่ทุกข์ไม่สุขก็เป็น ๖ รวมเป็น ๑๘ ประการ จิตใจนี้ย่อมท่องเที่ยวไปคือตรึกตรองไปในอารมณ์ทั้ง ๑๘ นี้อย่างใดอย่างหนึ่งในคราวหนึ่ง ๆ และก็ตรัสสอนให้กำหนดจำแนกออกไปอีกว่า บรรดาอารมณ์เหล่านี้อาศัยเรือนอันเรียกว่า เคหสิตะฝ่ายหนึ่ง อาศัยเนกขัมมะ การออกจากเรือนอีกฝ่ายหนึ่ง ในตอนนี้ก็พึงเข้าใจว่า คำว่าอาศัยเรือน หมายถึง อาศัยรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ และเรื่องของเรื่องเหล่านั้นที่น่าปรารถนาน่ารักใคร่พอใจรื่นรมย์ใจ คือที่อาศัยกิเลสกองราคะบ้าง โทสะบ้าง โมหะบ้าง นั้นเอง และก็หมายถึงเรือนในจิตใจเป็นประการสำคัญ คืออารมณ์อันเป็นที่ตั้งแห่งกิเลสเหล่านั้นในจิตใจเป็นประการสำคัญ ในส่วนของร่างกายจะอยู่ในบ้านหรืออยู่ในวัด จะเป็นคฤหัสถ์หรือเป็นบรรพชิตก็ตาม เมื่อจิตใจยังท่องเที่ยวอยู่ในเรือนคือในอารมณ์ที่น่ารักใคร่พอใจปรารถนาทั้งหลายเหล่านั้น ก็เรียกว่าเคหสิตะ อาศัยเรือน ส่วนที่อาศัยเนกขัมมะนั้นก็ตรงกันข้าม จะอยู่ในบ้านหรืออยู่ในวัด จะเป็นบรรพชิตหรือคฤหัสถ์ เมื่อมีจิตใจน้อมเข้ามาสู่กรรมฐาน จะเป็นสมถกรรมฐานก็ตาม วิปัสสนากรรมฐานก็ตาม อันเป็นที่สงบระงับกามและกิเลสทั้งหลาย อกุศลกรรมทั้งหลาย ก็ชื่อว่าอาศัยเนกขัมมะได้ และก็เรียกว่าอาศัยเนกขัมมะในที่นี้ ฉะนั้นจะเป็นฝ่ายอาศัยเรือนหรืออาศัยเนกขัมมะขึ้นอยู่ที่จิต ไม่ใช่อยู่ที่กายดังกล่าว และเมื่อได้ตรัสจำแนกให้พิจารณาดั่งนี้ ได้ทรงเรียงลำดับเอาไว้คือเป็นเคหสิตะโสมนัส สุขใจที่อาศัยเรือน เนกขัมมสิตะโสมนัส สุขใจที่อาศัยเนกขัมมะคู่หนึ่ง เคหะสิตะโทมนัส ทุกข์ใจที่อาศัยเรือน เนกขัมมสิตะโทมนัส ทุกข์ใจที่อาศัยเนกขัมมะคู่หนึ่ง เคหสิตะอุเบกขา อุเบกขาที่อาศัยเรือน เนกขัมมสิตะอุเบกขา อุเบกขาที่อาศัยเนกขัมมะคู่หนึ่ง ดั่งนี้ก็เป็น ๓ คู่ และจิตใจของบุคคลทุกคนก็ย่อมท่องเที่ยวไป คือตรึกตรองไปในอารมณ์ รวมเข้าก็อารมณ์หกดังกล่าว อันเป็นที่ตั้งของโสมนัส โทมนัส อุเบกขา อันเป็นฝ่ายเคหสิตะ อาศัยเรือนบ้าง เนกขัมมสิตะ อาศัยเนกขัมมะบ้าง อยู่ดั่งนี้ ไม่นอกไปจากนี้

คราวนี้เมื่อทรงแสดงจำแนกที่เที่ยวไปของจิตใจไว้ทั้งหมดดั่งนี้แล้ว ก็ตรัสสอนวิธีที่จะปฏิบัติอบรมจิตโดยอาศัยที่เที่ยวไปของจิตใจเหล่านี้เป็นเครื่องระงับดับกันเองไปโดยลำดับ กล่าวคือ ได้ตรัสสอนวิธีอบรมจิตใจของตนเอง ทีแรกก็ให้กำหนดดูที่เที่ยวไปของจิตใจในปัจจุบันของตนเอง ว่าเป็นอย่างไรให้รู้ก่อน ซึ่งการกำหนดดูดั่งนี้ก็เป็นการปฏิบัติในสติปัฏฐานนั้นเองได้ทุกข้อ แต่ใน

ตอนนี้ยังไม่กล่าวสรุปเข้าไป จะเอาจำเพาะหัวข้อที่ได้ทรงแนะนำเอาไว้ในเรื่องนี้เป็นที่ตั้งของการปฏิบัติก่อน

วิธีปฏิบัติละเคหสิตะโสมนัส

ขั้นที่หนึ่งหรือประการที่หนึ่ง ได้ตรัสสอนให้อาศัยเนกขัมมสิตะโสมนัส คือสุขใจที่อาศัยเนกขัมมะ สงบระงับละเคหสิตะโสมนัส สุขใจที่อาศัยเรือน กล่าวคือ เมื่อจิตใจนี้ท่องเที่ยวไป คือประสบหรือเพ่งดู กำหนดดูตามใน รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ และเรื่องของเรื่องเหล่านี้ที่ประสบพบพานทางอายตนะภายในทั้งหก อันน่าปรารถนารักใคร่พอใจภิรมย์ใจ คือว่ากำลังได้ ได้สิ่งเหล่านี้ สิ่งที่น่ารักใคร่ปรารถนาพอใจ หรือว่านึกถึงสิ่งที่น่ารักใคร่ปรารถนาพอใจเหล่านี้ที่เคยได้มาแล้ว แม้ว่าจะดับไปแล้ว ล่วงเลยไปแล้ว ก็เกิดโสมนัสคือสุขใจขึ้นมา เมื่อเป็นดั่งนี้แล้วก็ตรัสสอนให้อาศัยเนกขัมมสิตะโสมนัส สุขใจที่อาศัยเนกขัมมะระงับเสีย วิธีปฏิบัตินั้นก็โดยที่ไม่ปล่อยใจนี้ให้สุขใจจนเป็นเหตุให้บังเกิดขึ้นแห่งตัณหา คือความดิ้นรนทะยานอยาก เป็นเหตุก่อกิเลสให้ฮึกเหิมมากขึ้น โดยที่มาพิจารณาให้ทราบความที่มีสิ่งเหล่านั้น อันเป็นที่น่ารักใคร่ปรารถนาพอใจเป็นสิ่งไม่เที่ยง ใช้ปัญญาที่ชอบพิจารณาให้เห็นตามเป็นจริงว่า รูป เสียง เป็นต้นเหล่านี้ที่ประสบพบผ่านเข้ามาโดยเป็นลาภที่ได้ เป็นยศ เป็นสรรเสริญ เป็นสุขต่าง ๆ ที่ได้ เป็นสิ่งไม่เที่ยงต้องเกิดดับเป็นทุกข์ ต้องแปรปรวนเปลี่ยนแปลงไปเป็นธรรมดา ให้เห็นตามความเป็นจริง เมื่อเป็นดั่งนี้ ก็จะเกิดโสมนัสคือสุขใจขึ้นมาอีกอย่างหนึ่ง เป็นความสุขใจที่เกิดจากปัญญามองเห็นสัจจะ คือความจริง โสมนัสคือสุขใจที่เกิดจากปัญญาชอบที่มองเห็นความจริงนี้ เป็นเนกขัมมสิตะโสมนัส ก็จะดับ จะละเคหสิตะโสมนัส คือความสุขใจที่อาศัยเรือนนั้นเสียได้ จิตใจที่เคยสุขใจแล้วก็ลิงโลดกระสับกระส่าย เร่าร้อน ก็จะกลับเป็นจิตใจที่สงบ ได้ความสุขที่เกิดจากความสงบ และเมื่อเป็นดั่งนี้แล้ว บรรดาลาภ ยศ สรรเสริญ สุขที่ได้ทั้งหลายก็จะไม่เป็นอันตราย จะกลายเป็นสิ่งที่เป็นประโยชน์ คือผู้ได้ก็จะไม่หลงใหลในตน จะใช้ลาภ ยศ เป็นต้น เหล่านั้นไปในทางที่เป็นคุณประโยชน์ทั้งหลาย เช่น จะทำบุญอันประกอบด้วยทานบ้าง ศีลบ้าง ภาวนาบ้าง ลาภยศเป็นต้นเหล่านั้นก็จะไม่เป็นเชื้อของกิเลสคือโลภะตัณหา แต่ว่าถ้าไม่ปฏิบัติตามนัยะที่ทรงสั่งสอนไว้นี้ ได้ลาภได้ยศเป็นต้นมาก็หลงใหลฮึกเหิมในลาภในยศที่ได้ ก่อโลภะตัณหาให้มากขึ้น จิตใจนี้ก็จะกลายเป็นจิตใจที่หิวกระหาย ไม่อิ่มไม่พอในลาภยศที่ได้ ยิ่งจะขวนขวายแสวงหาเข้ามาให้มากขึ้นอีกจนกระทั่งแสวงหาในทางที่ผิด ด้วยวิธีการที่ทุจริตเป็นบาปเป็นอกุศลทั้งหลาย ลาภยศเป็นต้นก็กลายเป็นอันตราย ทำลายความดีความสุขทั้งปวง ดั่งนี้ก็แปลว่าให้โสมนัสที่อาศัยเรือนเหล่านี้เข้าครอบงำใจ เป็นเหตุให้หลงใหลก่อโลภะตัณหา บาปอกุศลให้บังเกิดขึ้น แต่ถ้ามาอาศัยวิธีที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอนดูใจของตัวเองว่า ชักจะดีใจ ชักจะเหลิงอะไรเป็นต้นเสียแล้ว ก็มานึกถึงสิ่ง

ที่ได้ ก็รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ เรื่องของเรื่องเหล่านั้นนั่นแหละ มาเป็นลาภเป็นยศ เป็นต้น ให้มองเห็นอนิจจะคือไม่เที่ยง เป็นสิ่งที่เกิดดับ เป็นทุกข์ทนอยู่ไม่ได้ ต้องแปรปรวนเปลี่ยนแปลงไป ให้เกิดสัมมาปัญญาคือปัญญาชอบ สัมมาปัญญานี้ก็จะดับความหลงใหลที่เป็นตัวโมหะ ดับโลภะตัณหามิให้บังเกิดครอบงำใจ ทั้งได้โสมนัสคือสุขใจ เป็นสุขใจที่เกิดจากจิตที่บริสุทธิ์ เป็นโสมนัสคือสุขใจที่ดีกว่าละเอียดกว่าโสมนัสคือสุขใจอันเกิดจากอาศัยเรือนนั้น และผู้ปฏิบัติเมื่อได้สุขใจอันเกิดจากเนกขัมมะดั่งนี้ขึ้น จะรู้ด้วยตนเองว่า โสมนัสคือสุขใจอาศัยเนกขัมมะนี้ดีกว่า ประเสริฐกว่าโสมนัสคือสุขใจที่อาศัยเรือนอย่างไร เป็นความสุขที่ไม่เร่าร้อน เป็นความสุขที่บริสุทธิ์ที่สงบ นำให้บังเกิดกุศล นำให้บังเกิดบุญทั้งหลายอีกเป็นอันมาก อันนี้เป็นวิธีปฏิบัติประการที่หนึ่ง

วิธีปฏิบัติละเคหสิตะโทมนัส

ประการที่สอง ได้ตรัสสอนให้อาศัยเนกขัมมสิตะโทมนัส สงบระงับละเคหสิตะโทมนัส กล่าวคือ เมื่อบังเกิดความทุกข์ใจขึ้นมา เพราะเหตุที่ได้ประสบความพลาดหวัง การไม่ได้รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ และเรื่องของเรื่องเหล่านั้น ที่น่ารักใคร่ปรารถนาพอใจ ที่ต้องการ หรือจะกล่าวว่าพลาดหวังไม่ได้ลาภ ไม่ได้ยศ ไม่ได้สรรเสริญไม่ได้สุขที่อยากจะได้ ที่คาดหวังจะได้หรือแม้ว่าที่เห็นว่าตนสมควรจะได้ หรือว่าระลึกถึงสิ่งเหล่านั้นที่เคยไม่ได้มาแล้ว ที่เคยอยากได้แล้วเคยไม่ได้มาแล้ว หรือที่เคยนึกว่าควรจะได้แล้วก็ไม่ได้มาแล้ว ก็เกิดโทมนัสคือทุกข์ใจขึ้นมา ซึ่งอาการโทมนัสดั่งนี้ก็เป็นสิ่งที่ทุก ๆ คนจะต้องเคยประสบน้อยหรือมาก เมื่อเป็นดั่งนี้แล้วจะทำอย่างไร ก็ได้ตรัสสอนให้อาศัยเนกขัมมสิตะโทมนัสมาเป็นเครื่องดับ

อันเนกขัมมสิตะโทมนัส ทุกข์ใจอันอาศัยเนกขัมมะนั้น ดังที่ได้อธิบายแล้วว่า เมื่อประสบอารมณ์ทั้งหลายดังกล่าวก็ทราบถึงความที่อารมณ์เหล่านั้นเป็นสิ่งไม่เที่ยง พิจารณาด้วยปัญญาอันชอบ มองเห็นว่ารูป เสียง เป็นต้นเหล่านั้นหรือกล่าวอีกอย่างหนึ่งว่า ลาภ ยศ เป็นต้นเหล่านั้นเป็นสิ่งไม่เที่ยง ต้องแปรปรวนเปลี่ยนแปลงไป ก็เกิดปรารถนากระหยิ่มอยากจะได้วิโมกข์ คือความหลุดพ้นอันยอดเยี่ยมอยู่เหมือนอย่างพระอริยะทั้งหลายที่ท่านบรรลุได้อาศัยอยู่ ก็เกิดโทมนัสทุกข์ใจขึ้นมาเพราะความกระหยิ่มปรารถนาที่จะได้นั้นเป็นเหตุ คือว่ามานึกถึงตนเองว่าไม่ได้ไม่ถึงก็อยากจะได้จะถึงขึ้นมาซึ่งอนุตตรวิโมกข์ ความหลุดพ้นอันยอดเยี่ยม พูดตรง ๆ ก็ว่าอยากได้ความหลุดพ้นอันเป็นวิมุตติหรืออยากได้มรรคผลนิพพานนั่นแหละ ว่าท่านพ้นทุกข์กัน ไม่ต้องมาเป็นทุกข์ใจกันเหมือนเราทั้งหลาย แต่ก็ไม่ได้ ก็เกิดโทมนัสทุกข์ใจขึ้นมาเพราะเหตุที่ไม่ได้ในอนุตตรวิโมกข์นั้น

คราวนี้ก็มาจับพิจารณาตามเค้านี้ว่า บรรดาสิ่งที่ปรารถนาต้องการน่าใคร่ชอบใจเหล่านั้นจะจำแนกออกเป็นอารมณ์หกหรือเป็นโลกธรรม จำแนกออกเป็นลาภ ยศ สรรเสริญ สุข ก็ตาม เป็น

โลกธรรมคือเป็นสิ่งที่มีประจำโลก ทั้งฝ่ายที่เป็นอิฏฐารมณ์ อารมณ์ที่ปรารถนา ทั้งฝ่ายที่เป็นอนิฏ-ฐารมณ์ อารมณ์ที่ไม่น่าปรารถนา ที่เป็นฝ่ายอิฏฐารมณ์นั้นก็คือ ลาภ ยศ สรรเสริญ สุข หรือว่าอารมณ์หกนั้นที่น่ารักใคร่ปรารถนาพอใจ ที่เป็นอนิฏฐารมณ์นั้นก็คือว่า ความเสื่อมลาภ ความเสื่อมยศ นินทา ทุกข์ หรือว่าอารมณ์หกนั่นแหละที่ไม่ชอบใจ ไม่รักไม่ปรารถนา เป็นสิ่งที่มีแก่บุคคลทุกคนในโลกนี้ ไม่ว่าจะเป็นอริยบุคคล ไม่ว่าจะเป็นปุถุชนก็ต้องประสบเลือกไม่ได้ ทั้งที่น่าปรารถนาทั้งที่ไม่น่าปรารถนา แต่ว่าทั้ง ๒ อย่างนั้นก็เป็นสิ่งที่ไม่เที่ยงเป็นทุกข์ทนอยู่ไม่ได้ ต้องแปรปรวนเปลี่ยนแปลงไป และการที่ต้องเป็นทุกข์โทมนัสก็เพราะขาดปัญญาที่มองเห็นความจริงดั่งนี้ จิตใจจึงไม่หลุดไปจากความยึดถือต้องการ ฉะนั้นโทษจึงอยู่ที่ว่า ไม่ปฏิบัติให้จิตใจนี้หลุดพ้นจากความยึดถือต้องการต่างหาก คือเป็นโทษของตนเอง หรือเป็นความผิดของตนเองที่ไม่ปฏิบัติให้หลุดพ้นจากความยึดถือต้องการได้ เมื่อหลุดพ้นไม่ได้ยังยึดถือต้องการอยู่ จึงต้องเป็นทุกข์อย่างนี้ จึงต้องดิ้นรนต้องการอย่างนี้ ครั้นไม่ได้ก็ต้องเป็นทุกข์อย่างนี้ ทำไมพระอริยะทั้งหลายที่ท่านละได้ท่านจึงไม่ต้องเป็นทุกข์ ก็เพราะท่านละได้ ทำไมจึงไม่ปฏิบัติให้ละได้เหมือนอย่างท่านบ้าง ดูเข้ามาดั่งนี้ให้บังเกิดโทมนัสคือทุกข์ใจขึ้นมาที่ตนเองว่า เพราะตนเองไม่ปฏิบัติให้ได้ให้ถึงอนุตตรวิโมกข์ คือทำจิตใจให้พ้นได้ จิตใจของตนเองยึดถือเกี่ยวเกาะอยู่เอง ปรารถนาอยู่เอง ก็ต้องเป็นทุกข์อยู่เองใครจะช่วยได้ จนกว่าตนเองจะทำจิตใจของตนเองให้พ้นไปได้จากความยึดถือเกี่ยวเกาะ ก็คล้าย ๆ กับว่ากำเอาถ่านเพลิงเข้าไว้ในมือของตนเองก็ต้องร้อน ร้อนเข้าก็ร้องว่า ร้อน ร้อน แต่ว่าก็ไม่ยอมปล่อยก้อนถ่านเพลิงที่กำเอาไว้นั้น เมื่อเป็นดั่งนี้ใครก็ช่วยไม่ได้ นอกจากที่จะแบมือออกปล่อยให้ก้อนถ่านเพลิงที่กำไว้นั้นหลุดลงไปเสีย และเมื่อวางเสียได้แล้ว ความทุกข์ทั้งหลายในใจก็สงบไปดั่งนี้ ดูให้เกิดโทมนัสคือทุกข์ใจเพราะเหตุนี้แทน แทนที่จะไปทุกข์ใจเพราะเหตุที่ไม่ได้ลาภอย่างนั้น ยศอย่างนี้ รูปอย่างนั้น เสียงอย่างนี้เป็นต้น นี้เป็นประการที่สอง

การปฏิบัติตามวิธีที่พระพุทธเจ้าได้ทรงสั่งสอนไว้นี้ เป็นวิธีปฏิบัติที่ใช้ปัญญาพิจารณาอันเรียกว่า โยนิโสมนสิการ ก็รวมอยู่ในการปฏิบัติสติปัฏฐานทั้งสี่นี้แหละ แม้การปฏิบัติพิจารณาป่าช้าทั้งเก้า ก็เป็นวิธีหนึ่งที่ทำให้มองเห็นสัจจะคือความจริง ว่าในที่สุดแล้วก็ต้องอยู่ป่าช้าด้วยกันทั้งนั้น หาได้อยู่ในบ้านนี้ตลอดไปไม่ ดับลงเป็นศพเมื่อใด เขาก็ไม่เอาไว้ ต้องเอาไปป่าช้า คือจะต้องเป็นเนกขัมมะกลาย ๆ นั่นเอง มีชีวิตอยู่ก็อยู่ในบ้านในเรือนก็เป็นเคหสิตะ สิ้นชีวิตเป็นศพก็ต้องไปอยู่ป่าช้า ก็ต้องออกจากบ้านจากเรือนไป ในที่สุดไม่มีใครเอาไว้ แต่ถ้าบุคคลผู้ปฏิบัติรู้จักทำจิตให้ออกเสียได้ ทั้งที่ยังมีชีวิตอยู่ก็จะทำให้จิตใจนี้ได้พบกับสัจจะคือความจริง ได้พบกับความบริสุทธิ์ใจ ได้พบบุญ และได้พบกุศลอีกมาก

๒๓ สิงหาคม ๒๕๒๒

ครั้งที่ ๖ อุเบกขา (ต่อ)

ทุกขักขยญาณ

สมาธิเป็นธรรมปฏิบัตินำใจให้สงบตั้งมั่น ให้เพ่งพินิจ ปัญญาเป็นธรรมปฏิบัตินำให้เกิดความรู้ทั่วถึง ได้มีพระพุทธภาษิตที่แสดงไว้แปลใจความว่า "ฌานคือความเพ่งย่อมไม่มีแก่ผู้ไม่มีปัญญา ปัญญาย่อมไม่มีแก่ผู้ไม่มีฌานคือความเพ่ง ปัญญาและฌานคือความเพ่งย่อมมีในผู้ใด ผู้นั้นย่อมอยู่ในที่ใกล้แห่งนิพพาน" ดั่งนี้

การปฏิบัติให้มีสมาธิ ให้มีความเพ่งพินิจ และการปฏิบัติให้มีปัญญาคือความรู้ทั่วถึงจึงเป็นข้อที่พึงกระทำให้มีอยู่ด้วยกัน การหัดสมาธิเพื่อให้จิตได้สมาธิแต่เพียงอย่างเดียวก็เป็นข้อที่ควรหัด และเมื่อหัดให้จิตมีสมาธิ ได้สมาธิ ก็ต้องใช้จิตที่เป็นสมาธินั้นต่อไป โดยให้เพ่งพินิจเพื่อปัญญา และปัญญาที่พึงปฏิบัติเพ่งพินิจให้มีขึ้น ที่เป็นยอดปัญญานั้นก็คือ ทุกขักขยญาณ ความหยั่งรู้เป็นเหตุสิ้นทุกข์ ปัญญาที่ทำให้สิ้นทุกข์เป็นเหตุให้สิ้นทุกข์ได้เป็นยอดปัญญา และต้องปฏิบัติให้ถูกทางของปัญญาดั่งนี้ จึงจะพบกับความสิ้นทุกข์ได้ ทางพุทธศาสนาพระบรมศาสดาได้ตรัสสอนให้เพ่งพินิจเข้ามาดูความเป็นไปแห่งกายและจิตนี้เองเป็นประการสำคัญ สติปัฏฐานตั้งสติในกาย เวทนา จิต ธรรม ก็เป็นข้อปฏิบัติเพ่งพินิจเข้ามาให้รู้ที่กายและใจอันนี้ ดังที่ได้ตรัสสอนให้กำหนดให้รู้จักแก้เกี่ยวกับเรื่องโสมนัส คือความสุขใจ โทมนัส คือความทุกข์ใจ ที่เกิดมีอยู่แก่ตนเองของทุก ๆ คน โสมนัสคือความสุขใจนั้นย่อมรวมไปถึงความดีใจด้วย โทมนัสคือความทุกข์ใจนั้นย่อมรวมไปถึงความเสียใจด้วย

อันความสุขใจทุกข์ใจ ความดีใจความเสียใจ ย่อมมีแก่บุคคลทั่วไป และถ้าไม่กำหนดให้รู้จักทางเกิดขึ้น ให้รู้จักวิธีแก้ไข ก็ย่อมยากที่จะรำงับได้ และเมื่อระงับไม่ได้ก็เป็นเหตุให้เกิดตัณหาความดิ้นรนทะยานอยาก ให้เกิดความโลภ โกรธ หลงในทางต่าง ๆ นำให้ประกอบกรรมแม้ที่เป็นอกุศลทุจริตต่าง ๆ เพิ่มความทุกข์ต่าง ๆ ให้บังเกิดขึ้นอีกเป็นอันมาก ฉะนั้น การที่มามีฌานหรือสมาธิเพ่งพินิจ กับปัญญาคือความรู้ทั่วถึงในเรื่องแห่งความสุขใจความทุกข์ใจ รวมทั้งความดีใจความเสียใจดังกล่าวนี้ตามที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอนไว้ จึงเป็นเรื่องที่ควรกระทำ ดังที่ได้แสดงมาแล้วตรัสสอนให้ทำความรู้จักอายตนะภายในหก อายตนะภายนอกหก ให้รู้จักสัมผัสหก ให้รู้จักมโนปวิจาร ที่เที่ยวไปของใจ ๑๘ ที่ใจนี้ย่อมท่องเที่ยวไปคือตริกตรองไปในอารมณ์ทั้งหลาย รวมเข้าก็ในเรื่องรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ และเรื่องของเรื่องเหล่านี้อันเป็นที่ตั้งแห่งโสมนัสคือสุขใจ ก็นับเป็น ๖ เป็นที่ตั้งแห่งโทมนัสคือทุกข์ใจก็เป็น ๖ เป็นที่ตั้งแห่งอุเบกขาคือความรู้สึกเป็นกลาง ๆ ก็เป็น ๖ รวมเป็น ๑๘ ใจย่อมท่องเที่ยวไปอยู่ในอารมณ์ทั้ง ๑๘ เหล่านี้เท่านั้น

เมื่อตรัสสอนให้รู้จักที่ท่องเที่ยวไปของใจทั้งหมดดั่งนี้แล้ว ก็ได้ตรัสสอนให้รู้จักว่าแม้โสมนัส คือสุขใจ โทมนัสคือทุกข์ใจ กับอุเบกขาคือความรู้สึกที่เป็นกลาง ๆ นั้น ยังเป็นไปอาศัยเรือนอันเรียกว่าเคหสิตะก็มี อาศัยเนกขัมมะอันเรียกว่าเนกขัมมสิตะก็มี ฉะนั้นเมื่อโสมนัสหรือโทมนัสหรืออุเบกขาบังเกิดขึ้นแก่จิต ก็ให้กำหนดให้รู้จักว่าเป็นฝ่ายไหน คือ เป็นฝ่ายอาศัยเรือน เกี่ยวกับเรื่องบ้านเรื่องเรือนทั้งหลาย หรือว่าอาศัยเนกขัมมะ คือการปฏิบัติออกจากบ้านจากเรือน และเมื่อกำหนดให้รู้จักดั่งนี้แล้วก็ตรัสสอนวิธีปฏิบัติแก้

ทางที่หนึ่ง ก็ให้อาศัยเนกขัมมสิตะโสมนัส คือความสุขใจที่อาศัยเนกขัมมะเป็นเครื่องแก้เคหสิตะโสมนัส ความสุขใจที่อาศัยเรือน คือได้ความสุขใจ ดีใจที่อาศัยเรือน ได้รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ และเรื่องของเรื่องเหล่านี้ที่รักใคร่ปรารถนาพอใจทั้งหลาย ก็สุขใจดีใจดั่งนี้ ก็ไม่ควรปล่อยใจให้ตื่นเต้น เพลิดเพลิน หลงใหลไปในสิ่งเหล่านี้ แต่ให้มาหัดพิจารณาให้เห็นความไม่เที่ยง ความแปรปรวน ความเสื่อมความดับ จนบังเกิดความสุขใจขึ้นเพราะปัญญาที่เห็นตามเป็นจริง ให้รู้จักหัดปฏิบัติพิจารณาไปดังนี้ด้วย

ทางที่สอง ตรัสสอนให้อาศัยเนกขัมมสิตะโทมนัส คือความทุกข์ใจที่อาศัยเนกขัมมะแก้เคหสิตะโทมนัส ความทุกข์ใจที่อาศัยเรือน โดยที่เมื่อได้ความทุกข์ใจเพราะการไม่ได้รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ หรือว่าเรื่องของเรื่องเหล่านี้ที่รักใคร่ปรารถนาพอใจ ก็ทุกข์ใจขึ้นมา เสียใจขึ้นมาดั่งนี้ ก็ต้องหัดพิจารณาแก้เสีย ให้เกิดความเสียใจทุกข์ใจอาศัยเนกขัมมะดีกว่า คือให้พิจารณาให้เห็นว่าสิ่งเหล่านั้นไม่เที่ยงแปรปรวนเสื่อมดับ พระอริยะทั้งหลายท่านไม่เป็นทุกข์เพราะท่านไม่ยึดถือ แต่ว่าตนเองต้องเป็นทุกข์เพราะยังยึดถือ เพราะยังไม่บรรลุวิโมกข์วิมุตติหลุดพ้นเหมือนอย่างท่าน จึงเป็นที่น่าทุกข์ใจน่าเสียใจสำหรับตนเองที่ไม่ได้ไม่ถึงจึงต้องมาทุกข์อย่างนี้ จึงได้เกิดความทุกข์ใจเสียใจขึ้นเพราะไม่ได้ถึงวิโมกข์วิมุตติอันเยี่ยม ซึ่งทั้งสองทางนี้ก็ได้อธิบายไปแล้ว แต่ว่ากล่าวทบทวนโดยย่อ

วิธีปฏิบัติละเคหสิตะอุเบกขา

ทางที่สาม ได้ตรัสสอนให้อาศัยเนกขัมมสิตะอุเบกขา อุเบกขาที่อาศัยเนกขัมมะ แก้หรือดับละเคหสิตะอุเบกขา อุเบกขาที่อาศัยเรือน อันอุเบกขาในที่นี้ก็หมายถึงอุเบกขาเวทนานี่แหละ คือความรู้สึกที่เป็นกลาง ๆ มิใช่สุขใจมิใช่ทุกข์ใจ หรือเรียกว่าอทุกขมสุขเวทนา เวทนาที่ไม่ใช่ทุกข์ไม่ใช่สุข ซึ่งบังเกิดขึ้นแก่บุคคลทั่วไปในเมื่อได้รับอารมณ์คือเรื่องรูป เรื่องเสียง เรื่องกลิ่น เรื่องรส เรื่องโผฏฐัพพะ และเรื่องของเรื่องเหล่านี้ที่เป็นกลาง ๆ ไม่พอที่จะให้เกิดความสุขใจดีใจ ไม่พอที่จะให้เกิดความทุกข์ใจเสียใจ จึงรู้สึกเป็นกลาง ๆ เฉย ๆ ไม่สุขใจไม่ทุกข์ใจ ไม่ดีใจไม่เสียใจ

อันเวทนาคือความรู้สึกที่เป็นกลาง ๆ ดั่งนี้ ทุก ๆ คนย่อมได้กันอยู่เป็นอันมากในวันหนึ่ง ๆ เพราะว่านึกดูว่าในวันหนึ่ง ๆ นี้ทุก ๆ คนมีตากับรูปประจวบกันอยู่เป็นอันมาก หูกับเสียงประจวบกันอยู่เป็นอันมาก อายตนะคู่อื่นก็เช่นเดียวกัน คือว่าได้เห็นอะไรทางตาเป็นอันมาก ได้ยินอะไรทางหูเป็นอันมากเป็นต้น และก็มีเป็นอันมากที่เห็นแล้วก็ผ่านไป ได้ยินแล้วก็ผ่านไป ไม่รู้สึกว่าเป็นสุขหรือเป็นทุกข์อย่างไร วันหนึ่ง ๆ นั้นจะได้พบอารมณ์ดังกล่าวนี้เป็นอันมาก และมีอุเบกขาอยู่เป็นอันมาก แต่ก็มิได้จับเอาอาการของจิตดังกล่าวนี้ขึ้นมาพิจารณาให้รู้จัก จึงเป็นอุเบกขาที่บังเกิดขึ้นแล้วก็ผ่านไป ๆ เป็นเรื่องปรกติของทุก ๆ คน ผู้ที่มิได้ปฏิบัติธรรมก็ได้อุเบกขาดั่งนี้อยู่เป็นอันมาก ผู้ที่ปฏิบัติธรรมก็เช่นเดียวกัน แต่ว่าผู้ที่มิได้ปฏิบัติธรรมคือมิได้จับอุเบกขาดั่งนี้ขึ้นมาพิจารณานั้นก็เรียกว่า เป็นผู้ที่ไม่ได้ปัญญาจากอุเบกขาดังกล่าวนี้ จึงเป็นอุเบกขาที่บังเกิดขึ้นแก่คนทั่วไปตามปรกติธรรมดา มิได้บังเกิดขึ้นด้วยความรู้อะไร คือไม่ต้องรู้อะไรก็ได้อุเบกขาดั่งนี้ จึงเรียกว่าอัญญาณอุเบกขา อุเบกขาที่มิได้เกิดขึ้นด้วยความรู้ หรือเรียกว่าเคหสิตะอุเบกขา อุเบกขาที่อาศัยเรือน คือเป็นเรื่องของชาวบ้านชาวเรือนทั้งหลาย ก็มีอุเบกขาดั่งนี้กันอยู่ทั่วไป และยังอาจอธิบายเพิ่มเติมต่อไปอีกได้ด้วยว่า นอกจากเรียกว่ามิใช่อุเบกขาที่บังเกิดด้วยความรู้แล้ว ยังอาจจะเรียกได้ว่าเป็นอุเบกขาที่เกิดขึ้นด้วยความไม่รู้อีกด้วย คือเพราะยังไม่รู้จึงอุเบกขาอยู่ได้ ดังเช่นสรรเสริญหรือนินทาซึ่งเป็นโลกธรรมแก่ทุก ๆ คน ผู้สรรเสริญผู้นินทามิให้ได้ยินก็มีอยู่เป็นอันมาก แต่เพราะมิได้ยินก็ไม่รู้ เมื่อไม่รู้ก็อุเบกขาคือเฉย ๆ แต่อันที่จริงนั้นมิใช่ว่าไม่มีใครเขานินทา ไม่มีใครเขาสรรเสริญ ความจริงมี มีอยู่มากด้วย ยิ่งนินทายิ่งมีมากกว่าสรรเสริญ เพราะฉะนั้นในโลกธรรมจึงได้ยกเอานินทาขึ้นตั้งหน้าสรรเสริญ ว่าลาภต่อลาภ ยศต่อยศ นินทา สรรเสริญ แทนที่จะว่าสรรเสริญ นินทา เอานินทาขึ้นหน้าว่านินทา สรรเสริญ และสุข ทุกข์ อันแสดงว่าถูกนินทานั้นมากกว่าได้รับสรรเสริญ แต่ว่าไม่ได้ยินก็ไม่รู้ เมื่อไม่รู้ก็มีอุเบกขา ดั่งนี้เพราะว่าไม่รู้จึงอุเบกขาอยู่ได้ แต่ว่าครั้นรู้ว่าเขาสรรเสริญ ได้ยินคำสรรเสริญก็สุขใจขึ้นมา ได้ยินเขานินทาก็ทุกข์ใจขึ้นมา ดั่งนี้แหละเป็นอุเบกขาที่เรียก เคหสิตะอุเบกขา หรืออัญญาณอุเบกขา อัญญาณอุเบกขาจึงแปลได้สองอย่าง อย่างหนึ่งว่าอุเบกขาที่บังเกิดขึ้นด้วยความไม่รู้ เพราะยังไม่รู้จึงอุเบกขา หรืออีกอย่างหนึ่งก็แปลว่าเป็นอุเบกขาที่มิได้เกิดขึ้นด้วยความรู้ คือเป็นเรื่องของการได้รับอารมณ์ที่ไม่พอให้โสมนัสหรือโทมนัสต่างหาก

ฉะนั้น จึงได้ตรัสสอนให้อาศัยเนกขัมมสิตะอุเบกขาแก้เสีย คือให้พิจารณาอารมณ์ที่ประสบนั้นอยู่เนื่อง ๆ แม้ในขณะที่รู้สึกว่าจิตเฉย ๆ เป็นกลาง ๆ โดยที่กำหนดพิจารณาว่า ที่จิตเฉย ๆ เป็นกลาง ๆ นี้เห็นอะไรหรือเปล่า ได้ยินอะไรหรือเปล่าเป็นต้น ก็ย่อมจะตอบได้ว่าก็เห็น ก็ได้ยิน เห็นอะไร ได้ยินอะไร ก็อาจที่จะกำหนดได้ว่า เห็นสิ่งนั้น ๆ ได้ยินสิ่งนี้ ๆ แต่ว่าจิตก็เฉย ๆ ก็ได้ความรู้ขึ้นว่าเป็นอุเบกขา เพราะว่าอารมณ์ที่ประสบเหล่านี้เป็นกลาง ๆ แล้วก็กำหนดอีกว่าทำไมจึง

เฉย ๆ ก็ย่อมจะได้ความรู้ว่า เพราะอารมณ์ที่ประสบเหล่านี้ไม่พอที่จะให้โสมนัส ไม่พอที่จะให้โทมนัส จึงเฉย ๆ คราวนี้ก็ถามจิตต่อไปว่า ถ้าไปพบอารมณ์ที่พอจะให้โสมนัส ที่พอจะให้โทมนัสแล้วจะเป็นอย่างไร ก็จะตอบได้ว่า ก็จะต้องโสมนัสก็จะต้องโทมนัส ก็เพราะอะไร ก็เพราะว่ามิได้ใช้ปัญญาพิจารณา หรือมิได้พิจารณาให้เกิดปัญญาขึ้นตามเป็นจริงว่าอารมณ์ที่ประสบเหล่านี้ แม้ที่เป็นกลาง ๆ เหล่านี้ก็เป็นสิ่งที่ไม่เที่ยง เป็นสิ่งที่แปรปรวน เป็นสิ่งที่เสื่อมไปได้ ดับไปได้ เป็นทุกข์ตั้งอยู่ไม่ได้ ต้องแปรปรวนเปลี่ยนแปลงไป หัดพิจารณาแม้ในอารมณ์ที่รู้สึกเฉย ๆ นั้น ให้เห็นดั่งนี้ด้วย ดั่งนี้แล้วก็ย่อมจะได้ปัญญาที่รู้ทั่วถึงตามเป็นจริง แม้ในอารมณ์ที่เป็นกลาง ๆ เหล่านี้ และเมื่อได้ปัญญาที่รู้ทั่วถึงตามเป็นจริงขึ้นมา ก็ได้อุเบกขา ความวางเฉยหรือความรู้สึกเป็นกลาง ๆ เฉย ๆ ด้วยปัญญาที่รู้ตามเป็นจริง ดั่งนี้ เรียกว่าเป็นเนกขัมมสิตะอุเบกขา

แม้อุเบกขาทั้งสองนี้จะเป็นอุเบกขาก็จริง ก็ยังไม่ล่วงพ้นอารมณ์ไปได้ สำหรับอุเบกขาที่อาศัยเรือนนั้นก็ยังไม่ล่วงพ้นอารมณ์ไปได้ เพราะเมื่อไปพบอารมณ์โสมนัส ก็จะเกิดโสมนัสขึ้นมา ถ้าพบโทมนัสก็โทมนัสขึ้นมา หรือถ้าไปรู้เข้า ก็จะโสมนัสโทมนัสขึ้นมา จึงยังไม่ล่วงพ้นอารมณ์ไปได้ ส่วนเนกขัมมสิตะอุเบกขานี้ดีขึ้นมากว่า แต่ก็ยังอยู่ในขั้นเวทนาอยู่นั่นเอง ยังไม่ล่วงพ้นอารมณ์ไปได้ ในเมื่อมีอารมณ์แรง ๆ คืออารมณ์ที่เป็นที่ตั้งของโสมนัสโทมนัสแรง ๆ อุเบกขาที่อ่อนกว่าก็จะตั้งอยู่ไม่ได้ ก็จะเกิดโสมนัสโทมนัสขึ้นมา ถึงเช่นนั้นก็ยังดี ถ้าหัดปฏิบัติให้ได้อยู่ก็จะทำให้ใจนี้ได้อุเบกขาด้วยปัญญามากขึ้น

การพิจารณาป่าช้าก็เป็นทางหนึ่งอันจะทำให้จิตนี้ได้รับโสมนัสหรือโทมนัส หรือแม้อุเบกขาที่อาศัยเนกขัมมะอันเป็นไปในทางออก คือออกจากทุกข์โดยลำดับ

๓๐ สิงหาคม ๒๕๒๒

ครั้งที่ ๗ อุเบกขา (ต่อ)

วิธีปฏิบัติละเนกขัมมสิตะโทมนัส

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ทรงแสดงธรรมอบรมแนะนำในการปฏิบัติอบรมจิตด้วยวิธีใช้ปัญญาอันเรียกว่า โยนิโสมนสิการ พิจารณาแก้เวทนาทางจิต อันเป็นที่ตั้งแห่งเครื่องเศร้าหมอง และที่เป็นส่วนหยาบให้บังเกิดเวทนาอันเป็นที่ตั้งแห่งกุศลและเป็นส่วนละเอียด ก็โดยอาศัยเวทนาละเวทนานั่นแหละดังที่ได้แสดงมาแล้วโดยลำดับ ในวันนี้จะได้แสดงต่อเป็นทางที่สี่ โดยตรัสสอนให้อาศัยเนกขัมมสิตะโสมนัสละเนกขัมมสิตะโทมนัส กล่าวคือ เมื่อมาถึงขั้นนี้ก็เหลือแต่เนก-ขัมมสิตะ คืออาศัยเนกขัมมะด้วยกัน แต่ว่าก็ยังมีหยาบมีละเอียด ฉะนั้นจึงให้อาศัยข้อที่ละเอียดกว่าละข้อที่หยาบ อันข้อที่หยาบนั้นก็ได้แก่ เนกขัมมสิตะโทมนัส ทุกข์ใจหรือเสียใจอาศัยเนกขัมมะ โดยที่เมื่อได้ประสบอารมณ์มีรูปเสียงเป็นต้น ก็พิจารณารู้ความไม่เที่ยง ความแปรปรวนเปลี่ยนแปลง ความเกิดความดับ เห็นด้วยปัญญาโดยชอบว่า รูปเสียงเป็นต้น ไม่เที่ยงเป็นทุกข์ ทนอยู่ไม่ได้ มีความแปรปรวนเปลี่ยนแปลงไป และได้นึกถึงพระอริยเจ้าทั้งหลายผู้ได้ประสบวิโมกข์คือความหลุดพ้นอย่างยอดเยี่ยม ก็มีความกระหยิ่มรักใคร่ปรารถนาเพื่อจะได้ประสบวิโมกข์คือความหลุดพ้นนั้นจึงได้บังเกิดโทมนัส คือความทุกข์ใจความเสียใจ เพราะเหตุแห่งความกระหยิ่มปรารถนานั้นเป็นปัจจัย คือเมื่อปรารถนาแล้วยังไม่ได้สมหวัง ก็เกิดโทมนัสขัดใจเสียใจขึ้นมา เมื่อเป็นดั่งนี้ก็ต้องคิดหักห้ามความโทมนัสนั้น โดยที่กำหนดให้มีความรู้ขึ้นว่า อันการบรรลุวิโมกข์ คือความหลุดพ้นอันยอดเยี่ยม มิใช่เกิดขึ้นด้วยอำนาจแห่งความกระหยิ่มปรารถนาอันเป็นตัวตัณหาความดิ้นรนทะยานอยาก แต่ว่าบังเกิดขึ้นเพราะการปฏิบัติ เมื่อปฏิบัติให้ถึงก็ย่อมจะได้บรรลุผลแห่งการปฏิบัติเอง โดยที่มิต้องกระหยิ่มปรารถนาแต่อย่างใด ความที่มีความกระหยิ่มปรารถนาเสียอีกเป็นเครื่องฉุดรั้งมิให้บรรลุวิโมกข์ความหลุดพ้นได้ ต่อเมื่อวางความกระหยิ่มปรารถนาเสียจึงจะประสบวิโมกข์ความหลุดพ้นได้ ดั่งนี้ ก็ระงับความกระหยิ่มปรารถนาดังกล่าวเสีย และก็ตั้งใจปฏิบัติอบรมจิตใจสืบต่อไปในทางแห่งศีล สมาธิ ปัญญา เมื่อปฏิบัติไปดั่งนี้ ผลของการปฏิบัติก็ย่อมจะปรากฏโดยลำดับ ก็ย่อมจะได้โสมนัสคือความสุขใจโดยลำดับ เพราะการปฏิบัตินั้นเป็นสัลเลขธรรม ธรรมเป็นเครื่องขัดเกลาจิตใจให้บริสุทธิ์สะอาด เมื่อจิตใจได้รับการขัดเกลาให้บริสุทธิ์สะอาดก็ผ่องใสนำให้เกิดโสมนัสคือความสุขใจอันเป็นผลแห่งความบริสุทธิ์ผ่องใสนั้นขึ้นเอง ดั่งนี้ ก็จะได้โสมนัสอาศัยเนกขัมมะ นับว่าเป็นทางปฏิบัติที่สี่

วิธีปฏิบัติละเนกขัมมสิตะโสมนัส

ต่อจากนั้นก็ให้อาศัยเนกขัมมสิตะอุเบกขา ละเนกขัมมสิตะโสมนัสเสีย กล่าวคือแม้เป็นโสมนัสคือความสุขใจอาศัยเนกขัมมะแต่ก็จะนำให้เกิดความดีใจ ความติดใจ อันจะกลายเป็นกิเลส

ขึ้นดังที่เรียกว่าอุปกิเลสของวิปัสสนา เมื่อเป็นดั่งนี้ก็จะเป็นอันตรายแก่ความก้าวหน้าของการปฏิบัติ กับทั้งโสมนัสคือความสุขใจนั้นก็ยังเป็นของหยาบ ส่วนอุเบกขาคือความที่รู้สึกเป็นกลางไม่โสมนัส ไม่โทมนัส เป็นสิ่งที่ละเอียดกว่า เมื่อเป็นดั่งนี้ก็จับพิจารณาตัวโสมนัสนั่นแหละว่าเป็นสิ่งที่ไม่เที่ยง ต้องแปรปรวนเปลี่ยนแปลง เสื่อมดับ เป็นอนิจจะ ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ต้องแปรปรวนเปลี่ยนแปลงทนอยู่คงที่ไม่ได้ เมื่อเป็นดั่งนี้โสมนัสก็จะสงบเป็นอุเบกขา คือความรู้สึกเป็นกลาง ๆ มิใช่โสมนัส มิใช่โทมนัส ดั่งนี้เรียกว่า เป็นเนกขัมมสิตะอุเบกขา อุเบกขาที่อาศัยเนกขัมมะ ก็เป็นอันว่าได้อาศัยเนกขัมมสิตะอุเบกขานี้ละเนกขัมมสิตะโสมนัสเสีย เป็นทางปฏิบัติที่ห้า

ว่าถึงทางปฏิบัติทั่วไปซึ่งทุก ๆ คนแม้มีภูมิปฏิบัติไม่สูงนัก ก็พึงใช้ปฏิบัติในทางทั้งห้านี้ ดังที่ได้กล่าวมาโดยลำดับ คือทางหนึ่งก็อาศัยเนกขัมมสิตะโสมนัส ละเคหสิตะโสมนัส ทางที่สองก็อาศัยเนกขัมมสิตะโทมนัส ละเคหสิตะโทมนัส ทางที่สามก็อาศัยเนกขัมมสิตะอุเบกขา ละเคหสิตะอุเบกขา มาถึงทางที่สี่ ก็อาศัยเนกขัมมสิตะโสมนัส ละเนกขัมมสิตะโทมนัส ทางที่ห้าก็อาศัยเนกขัมมสิตะอุเบกขา ละเนกขัมมสิตะโสมนัสเสีย ต่อจากนี้อีกสองทางเป็นทางปฏิบัติเบื้องสูง แต่ก็จะนำมากล่าวเป็นที่ทราบไว้ด้วย

นานัตตสิตะอุเบกขาและเอกัตตสิตะอุเบกขา

ทางที่หก ได้ตรัสแสดงไว้ว่า อันอุเบกขานั้นก็มีสองอย่าง คืออุเบกขาที่มีภาวะต่าง ๆ กันอย่างหนึ่งเรียกว่า นานัตตสิตะอุเบกขา กับอุเบกขาที่มีภาวะเป็นอย่างเดียวกันเรียกว่าเอกัตตสิตะอุเบกขา

อุเบกขาที่มีภาวะต่าง ๆ กันนั้น ก็ได้แก่อุเบกขาในรูปบ้าง อุเบกขาในเสียงบ้าง อุเบกขาในกลิ่นบ้าง อุเบกขาในรสบ้าง อุเบกขาในโผฏฐัพพะบ้าง อุเบกขาในธรรมคือในเรื่องของเรื่องเหล่านั้นบ้าง ดั่งนี้เรียกว่าอุเบกขาที่มีภาวะต่าง ๆ กัน

อุเบกขาที่มีภาวะเป็นอันเดียวกันนั้น ก็ได้แก่อุเบกขาที่เป็นขั้นอากาสานัญจายตนะ คืออรูปฌานที่เกิดจากการกำหนดว่าอากาศไม่มีที่สุด อุเบกขาที่เกิดจากวิญญาณัญจายตนะ กำหนดว่า วิญญาณไม่มีที่สุด อุเบกขาที่เกิดจากอากิญจัญญายตนะ กำหนดว่าน้อยหนึ่งนิดหนึ่งก็ไม่มี อุเบกขาที่เกิดจากเนวสัญญานาสัญญายตนะ กำหนดว่ามีสัญญาก็มิใช่ไม่มีสัญญาก็มิใช่ดังนี้

วิธีปฏิบัติละนานัตตสิตะอุเบกขา

เมื่อพิจารณาดูแล้วก็จะพึงเห็นได้ว่า อุเบกขาที่มีอาการต่าง ๆ กันนั้นอย่างสูงก็เป็นอุเบกขาในรูปฌาน เพราะว่ารูปฌานนั้นกำหนดอารมณ์ของรูปฌานต่าง ๆ กัน เช่นรูปต่าง ๆ กัน ดังที่กล่าวว่าในรูปในเสียงเป็นต้น ส่วนอุเบกขาที่มีอาการเป็นอันเดียวกันนั้นอย่างสูงก็เป็นอุเบกขาในอรูป–ฌาน ตั้งต้นแต่กำหนดว่าอากาศไม่มีที่สุด เพราะในขั้นอรูปฌานนี้ไม่มีรูปที่ต่าง ๆ กัน ขั้นต้นอากาศไม่มีที่สุดก็เป็นความว่างไม่มีที่สุด ว่างตลอดไปหมดเป็นอันเดียวกัน แม้ในข้ออื่นก็เช่นเดียวกัน ฉะนั้นจึงเรียกว่าอุเบกขาที่มีภาวะเป็นอันเดียวกัน ในขั้นนี้ก็ให้อาศัยอุเบกขาที่มีภาวะเป็นอันเดียว ละอุเบกขาที่มีภาวะต่าง ๆ กัน ก็เป็นอันว่าได้อุเบกขาที่เป็นขั้นละเอียดที่สุด นับเป็นขั้นที่หกหรือทางที่หก

วิธีปฏิบัติละเอกัตตสิตะอุเบกขา

ทางที่เจ็ดอันเป็นทางสุดท้ายนั้น ก็ให้อาศัยความไม่มีตัณหาอันหมายถึงธรรมที่ไม่มีตัณหาโดยตรงก็คือนิพพาน หรือวิโมกข์ ความหลุดพ้นอย่างยอดเยี่ยมละอุเบกขาที่มีภาวะเป็นอันเดียวกันนั้น เพราะว่าแม้อุเบกขาที่มีภาวะเป็นอันเดียวกันอย่างสูงเป็นอุเบกขาในอรูปฌานก็ตาม ก็ยังเป็นความปรุงแต่ง คือเป็น "สังขตธรรม" ธรรมที่ปรุงแต่งขึ้น และก็กล่าวได้ว่ายังประกอบด้วยตัณหาแม้ที่เป็นอย่างละเอียด เพราะมีตัณหาแม้ที่เป็นอย่างละเอียดจึงต้องปรุงแต่ง เมื่อเป็นดั่งนี้แม้อุเบกขาในขั้นนี้ก็ยังไม่ถึงที่สุด ยังเกิดยังดับ ฉะนั้นในทางปฏิบัติจึงให้ไม่ยึดถือ ปล่อยวางอุเบกขาแม้ที่เป็นอย่างละเอียดนี้ เมื่อไม่ยึดถือก็หลุดพ้น เมื่อหลุดพ้นก็เป็นอันบรรลุอนุตตรวิโมกข์ คือความหลุดพ้นอันยอดเยี่ยม อันเป็นธรรมที่สิ้นตัณหา ไม่มีตัณหา ความดิ้นรนทะยานอยากสิ้นเชิงคือนิพพานอันเป็นที่สุด ดั่งนี้ก็เป็นทางที่เจ็ด

สรุปวิธีปฏิบัติ

ทางที่หกและทางที่เจ็ดนี้เป็นทางที่ละเอียด สำหรับทางที่หนึ่งถึงทางที่ห้านั้นเป็นทางที่พึงปฏิบัติได้กันทั่วไป และเมื่อได้กำหนดทางที่ได้ทรงสั่งสอนไว้และได้ฝึกหัดปฏิบัติด้วยการที่มากำหนดดูให้รู้จักเวทนาที่บังเกิดขึ้นในจิตใจของตนเอง คือ โสมนัส โทมนัส อุเบกขา ตลอดจนถึงความดีใจ ความเสียใจ ที่สืบเนื่องกันไปว่าเป็นไปในเรื่องอะไร คือเป็นไปในเรื่องรูป เป็นไปในเรื่องเสียง เป็นไปในเรื่องกลิ่น เป็นไปในเรื่องรส เป็นไปในเรื่องโผฏฐัพพะ คือสิ่งที่กายถูกต้องเป็นไปในเรื่องของเรื่องเหล่านี้ซึ่งได้ประสบพบผ่านมาแล้ว แต่ยังมาเก็บไว้ในจิตใจ และก็โผล่ขึ้นมาในจิตใจ และก็กำหนดให้รู้จักอีกว่า อาศัยเรือนเรียกว่า เคหสิตะ หรืออาศัยเนกขัมมะอันเรียกว่าเนกขัมมสิตะ และที่อาศัยเรือนนั้นบังเกิดขึ้นด้วยจิตใจมีความคิดอย่างไร ที่อาศัยเนกขัมมะ

นั้นบังเกิดขึ้นด้วยจิตใจมีความคิดอย่างไร โดยปรกตินั้นก็ย่อมจะอาศัยเรือนนั่นแหละอันบังเกิดขึ้นแก่จิตใจที่มีความคิดไปตามอำนาจของความยินดี ความยินร้าย ความหลงงมงายต่าง ๆ หรือว่าโลภะ โทสะ โมหะ หรือว่า ราคะ โทสะ โมหะ นั่นแหละ นำใจให้คิดไป ปรุงไปในทางนั้น ส่วนที่เป็นเนกขัมมสิตะนั้นก็อาศัยการปฏิบัติในทางตรงกันข้ามตามที่พระพุทธเจ้าได้ทรงสั่งสอนเอาไว้ด้วยการที่พิจารณาให้เห็นความไม่เที่ยง ความเป็นทุกข์ทนอยู่ไม่ได้ ต้องแปรปรวนเปลี่ยนแปลงไป อันเป็นสัจจะธรรมดา ที่เป็นเนกขัมมสิตะก็ย่อมจะเกิดขึ้นอย่างนี้ เมื่อเป็นดั่งนี้ เมื่อประสบอารมณ์ดังกล่าวแล้วก็เกิดโสมนัสบ้าง โทมนัสบ้าง อุเบกขาบ้าง อาศัยเรือนเป็นไปตามราคะ โทสะ โมหะ หรือโลภ โกรธ หลง ก็หันกลับมาหัดพิจารณาตามที่พระพุทธเจ้าได้ทรงสั่งสอนว่า ทุก ๆ อย่างที่ประสบนั้นเป็นอนิจจะ ไม่เที่ยง ทุกขะ ทนอยู่ไม่ได้ ต้องแปรปรวนเปลี่ยนแปลงไป จนถึงไม่พึงยึดถือว่าเป็นตัวเราของเรา เพราะบังคับให้เป็นไปตามปรารถนามิได้ เมื่อเป็นดั่งนี้แล้วการพิจารณานั้นย่อมนำให้เกิดปัญญาที่รู้แจ้งเห็นจริงขึ้นน้อยหรือมาก ย่อมจะขัดเกลาจิตให้บริสุทธิ์สะอาดขึ้น เมื่อเป็นดั่งนี้ก็จะนำให้เกิดโสมนัส โทมนัส หรืออุเบกขาขึ้นอีกด้านหนึ่งเป็นเนกขัมมสิตะ อาศัยเนกขัมมะ

ฉะนั้น การปฏิบัติทั้งปวงนี้จึงต้องอาศัยบุคคลทุก ๆ คนนี้แหละที่จะพิจารณาตรวจตราให้รู้จักความเป็นไปในจิตของตนอันเนื่องด้วยกิเลส เนื่องด้วยเวทนา เนื่องด้วยสภาพธรรมดาที่เป็นไป และก็พิจารณาในทางเนกขัมมสิตะ อาศัยเนกขัมมะแก้ไขไปโดยควรตามนัยะที่พระพุทธเจ้าได้ทรงสั่งสอนที่แสดงไว้โดยลำดับ เมื่อเป็นดั่งนี้ ก็จะแก้ไขเวทนาในจิตใจของตนเองได้ ตลอดจนถึงแก้ไขความดีใจความเสียใจต่าง ๆ ได้ ทำจิตใจให้ออกได้จากกิเลสจากความทุกข์ทั้งปวงโดยลำดับ และทางปฏิบัตินี้เท่านั้นเป็นทางปฏิบัติที่จะพึงแก้ไขจิตใจของตนเองได้ และเป็นทางแก้ไขที่ถูกต้อง แม้การพิจารณาในป่าช้าทั้งเก้า ก็เป็นทางปฏิบัติทางเนกขัมมะคือทางออกทั้งนั้น

๓๑ สิงหาคม ๒๕๒๒

ครั้งที่ ๘ อุเบกขา (ต่อ)

ได้แสดงอุเบกขาอันเป็นธรรมปฏิบัติในพุทธศาสนามาโดยลำดับ ส่องให้เห็นว่าอุเบกขาเป็นธรรมอันสำคัญที่มีอยู่ในหมวดธรรมปฏิบัติเป็นอันมาก และจำเป็นที่จะต้องมีการปฏิบัติในส่วนนั้น ๆ จึงจะสำเร็จสมบูรณ์

อันจิตนี้เป็นที่เก็บอาสวอนุสัย คือตะกอนของอารมณ์และกิเลสทั้งหลายอยู่เป็นอันมาก เมื่อตะกอนกิเลสเหล่านี้ฟุ้งขึ้นมา จิตก็ย่อมขุ่นมัวฟุ้งซ่าน กระสับกระส่ายยากที่จะรวมได้ อุเบกขาเมื่อหัดปฏิบัติให้มีในอารมณ์ทั้งหลายได้อยู่เป็นประจำ ตลอดจนถึงอาจปฏิบัติแก้ไขเวทนาที่บังเกิดขึ้นในอารมณ์นั้น ๆ โดยอาศัยเวทนาแก้เวทนา เป็นไปเพื่อความสงบ เป็นไปเพื่ออุเบกขา ย่อมจะช่วยให้จิตใจได้รับความสงบในอารมณ์ทั้งหลาย ป้องกันมิให้ตะกอนกิเลสเก่าฟุ้งขึ้นมา และมิให้อารมณ์ใหม่ก่อกิเลสตกตะกอนเพิ่มเติมเข้าไปอีก ทั้งเป็นเครื่องผ่อนปรนนำตะกอนกิเลสเก่าออกได้ด้วย ฉะนั้น จึงเป็นธรรมปฏิบัติซึ่งควรจะทำความเข้าใจ

พรหมวิหารธรรม

ในวันนี้จะได้แสดงอุเบกขาในอีกหมวดธรรมหนึ่ง คือในหมวดพรหมวิหาร ธรรมเป็นเครื่องอยู่ของพรหม สำหรับในพุทธศาสนาก็หมายถึงผู้ที่มีจิตใจใหญ่ เป็นไปได้ทั้งชายหญิงเด็กผู้ใหญ่เมื่อปฏิบัติพรหมวิหารธรรมนี้ให้มีขึ้น ก็ย่อมเป็นผู้มีจิตใจใหญ่ เป็นผู้ใหญ่ อันกล่าวได้ว่าเป็นพรหมโดยธรรม คือเมตตา ความรักใคร่ปรารถนาให้เป็นสุข กรุณา ความสงสารคิดช่วยให้พ้นทุกข์ มุทิตา ความพลอยยินดีในเมื่อผู้อื่นได้ดี และอุเบกขา ความวางใจมัธยัสถ์เป็นกลาง ทั้งสี่ข้อนี้เป็นธรรมที่คนไทยเราได้ยินได้ฟังกันอยู่เสมอ และได้รับคำแนะนำให้อบรมให้มีขึ้นในจิตใจเสมอเช่นเดียวกัน และโดยเฉพาะก็แสดงกันเนือง ๆ ว่ามารดาบิดาเป็นพรหมของบุตร ก็เพราะประกอบด้วยพรหมวิหารธรรมทั้งสี่ประการนี้ ก็อาจจะทำให้เข้าใจว่า สอนให้มีจำเพาะบิดามารดาเท่านั้น แต่อันที่จริงหาเป็นเช่นนั้นไม่ เป็นธรรมที่พึงอบรมให้มีขึ้นในทุก ๆ คน คือทุก ๆ คนควรอบรมธรรมทั้งปวงนี้ให้มีขึ้นด้วยการคิดแผ่จิตออกไปให้ประกอบด้วยเมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขาโดยเจาะจงบ้าง โดยไม่เจาะจงบ้าง ที่เรียกว่า อัปปมัญญา คือไม่มีประมาณบ้าง การแผ่ไปเป็นอัปปมัญญาไม่มีประมาณนี้ ท่านสอนให้แผ่ไปในทิศเบื้องหน้า ในทิศเบื้องขวา ในทิศเบื้องหลัง ในทิศเบื้องซ้าย ในทิศเบื้องบน ในทิศเบื้องล่าง ในทิศขวางคือโดยรอบ

คิดแผ่ไปด้วยเมตตาโดยคิดว่า

สพฺเพ สตฺตา	สัตว์ทั้งหลายทั้งปวง
อเวรา โหนฺตุ	จงเป็นผู้ไม่มีเวรเถิด
อพฺยาปชฺฌา โหนฺตุ	จงเป็นผู้ไม่เบียดเบียนกันเถิด
อนีฆา โหนฺตุ	จงเป็นผู้ไม่มีทุกข์กายทุกข์ใจเถิด
สุขี อตฺตานํ ปริหรนฺตุ	จงเป็นผู้มีสุขรักษาตนเถิด

คิดแผ่ไปด้วยกรุณาโดยคิดว่า

สพฺเพ สตฺตา	สัตว์ทั้งหลายทั้งปวง
ทุกฺขา ปมุจฺจนฺตุ	จงพ้นจากทุกข์เถิด

คิดแผ่ไปด้วยมุทิตาโดยคิดว่า

สพฺเพ สตฺตา	สัตว์ทั้งหลายทั้งปวง
มา ลทฺธสมฺปตฺติโต วิคจฺฉนฺตุ	จงอย่าไปปราศจากสมบัติอันได้แล้วเถิด

คิดแผ่ไปด้วยอุเบกขาโดยคิดว่า

สพฺเพ สตฺตา	สัตว์ทั้งหลายทั้งปวง
กมฺมสฺสกา	เป็นผู้มีกรรมเป็นของ ๆ ตน
กมฺมทายาทา	เป็นทายาทรับผลของกรรม
กมฺมโยนิ	เป็นผู้มีกรรมเป็นกำเนิด
กมฺมพนฺธู	เป็นผู้มีกรรมเป็นเผ่าพันธุ์
กมฺมปฏิสรณา	เป็นผู้มีกรรมเป็นที่พึ่งอาศัย
ยํ กมฺมํ กริสฺสนฺติ	จักทำกรรมอันใดไว้
กลฺยาณํ วา ปาปกํ วา	ดี หรือ ชั่ว
ตสฺส ทายาทา ภวิสฺสนฺติ	จักเป็นผู้รับผลของกรรมนั้น

การคิดแผ่ไปดังนี้ มิใช่คิดไปแต่เพียงความคิด แต่ให้แผ่ไปด้วยจิตคือให้ถึงจิต คือให้จิตเป็นไปดังที่ได้คิดแผ่ไปนั้นจริง ๆ ด้วย เมื่อเป็นดังนี้จึงจะเป็นการปฏิบัติที่เรียกว่าเมตตาภาวนา อบรมเมตตาให้มีขึ้นให้เป็นขึ้นเป็นต้น และเมตตาเป็นต้นก็จะบังเกิดตั้งขึ้นในจิตได้ ถ้าเปรียบเหมือนดังปลูกต้นไม้ตั้งต้นแต่หว่านพืช การหัดปฏิบัติคิดแผ่ออกไปก็เหมือนอย่างเป็นการที่หว่านพืชแห่งเมตตาลงไปในจิต และเมื่อปฏิบัติบ่อย ๆ ต้นไม้คือเมตตาเป็นต้นก็จะบังเกิดขึ้นและงอกงามขึ้นในจิตได้ กระทำให้จิตเป็นจิตที่มีเมตตา มีกรุณา มีมุทิตา มีอุเบกขา

เมตตา

เมตตานั้นเป็นเครื่องดับพยาบาท คือความมุ่งร้ายปองร้ายด้วยอำนาจของความโกรธ และเมตตาที่บริสุทธิ์นั้นจะต้องไม่ประกอบด้วยราคะสิเน่หาด้วย

กรุณา

กรุณาเป็นเครื่องดับวิเหสา คือความเบียดเบียน กรุณาที่บริสุทธิ์นั้นจะต้องไม่ประกอบด้วยโทมนัส คือความทุกข์ใจ ความเสียใจ เพราะได้มองเห็นความทุกข์ของผู้อื่น มองเห็นความทุกข์ของบุคคลผู้เป็นที่รัก โทมนัสดังกล่าวนี้ได้แก่ เคหสิตะโทมนัส นั่นเอง กรุณาที่บริสุทธิ์จะต้องไม่ประกอบด้วยเคหสิตะโทมนัสดังกล่าวด้วย

มุทิตา

มุทิตา เป็นเครื่องดับอรติ คือความไม่ยินดีด้วย หมายถึงความริษยา และมุทิตาที่บริสุทธิ์นั้นจะต้องไม่ประกอบด้วยโสมนัสคือความสุขใจดีใจ เพราะได้เห็นสมบัติคือความพรั่งพร้อมของผู้อื่น อันเป็นชะนวนให้เกิดความกระหยิ่มอยากได้ อยากมี อยากเป็นเช่นนั้นอันเป็นโลภะตัณหาด้วย โสมนัสดังกล่าวนี้ก็คือ เคหสิตะโสมนัส ฉะนั้นมุทิตาที่บริสุทธิ์ก็จะต้องไม่ประกอบด้วยเคหสิตะโสมนัสดั่งนี้ด้วย

อุเบกขา

อุเบกขา เป็นเครื่องดับราคะ ปฏิฆะ และอุเบกขาที่บริสุทธิ์นั้นจะต้องมิใช่เป็นอุเบกขาอันบังเกิดขึ้นมิใช่ด้วยความรู้หรือด้วยความไม่รู้อันเรียกว่า อัญญาณอุเบกขา ก็ได้แก่เคหสิตะอุเบกขา ฉะนั้นอุเบกขาที่บริสุทธิ์จะต้องไม่ประกอบด้วยเคหสิตะอุเบกขาดังกล่าว

อันอุเบกขาในข้อที่สี่นี้สมควรที่จะได้กล่าวอธิบายเพิ่มเติมอีกสักเล็กน้อย คือที่เป็นเครื่องดับราคะ ปฏิฆะนั้น ราคะก็ได้แก่ความติดใจยินดีชอบใจ อันเป็นไปในทางกิเลส และเมื่อมีความติดใจพอใจชอบใจอันเป็นตัวราคะอยู่ในบุคคลใดก็ย่อมมีฉันทาคติ ความลำเอียงด้วยความพอใจในบุคคลนั้นเหมือนอย่างมารดาบิดาที่รักบุตรธิดา อันเป็นความรักอันเป็นราคะสิเน่หา ย่อมจะเห็นว่าบุตรธิดาดีอยู่เสมอ ถูกต้องอยู่เสมอ ในบางคราวแม้บุตรธิดาจะไปทำผิดมีผู้มาฟ้อง มารดาบิดาก็จะเข้ากับบุตรธิดาเสมอว่า บุตรธิดาของตนเป็นฝ่ายถูก ฉะนั้นเมื่อมีราคะอยู่ในบุคคลใด ก็ย่อมทำให้เกิดความลำเอียงในบุคคลนั้นด้วยอำนาจของความรัก จึงไม่มีอุเบกขา ความที่จะวางใจเป็นกลางในบุคคลนั้นได้

ในด้านตรงกันข้าม ปฏิฆะ คือความกระทบกระทั่งไม่ชอบใจ ผิดใจ เมื่อมีปฏิฆะอยู่ในบุคคลใด ก็ย่อมจะมีความลำเอียงเพราะโทสาคติ คือลำเอียงเพราะความชังในบุคคลนั้น จะไม่ใคร่มองเห็นความดีของบุคคลนั้น จะมองเห็นแต่ความไม่ดีอยู่เสมอ เมื่อเป็นเช่นนั้น จึงไม่ได้อุเบกขาคือความที่วางใจเป็นกลางได้ เพราะมีความชังไม่ชอบเป็นเครื่องป้องกันอยู่

ฉะนั้น เมื่อมีราคะหรือมีปฏิฆะจึงไม่อาจวางใจเป็นอุเบกขาได้ คือไม่อาจวางใจเป็นกลางได้ จะต้องเข้าข้างหนึ่งด้วยอำนาจของความชอบ และผละออกจากอีกข้างหนึ่งด้วยอำนาจของความชัง ไม่มีความเป็นกลาง

พิจารณากรรม

การปฏิบัติในอุเบกขาจึงเป็นการปฏิบัติเพื่อก้าวจิตออกมาให้เป็นกลางไม่ให้เป็นไปในอำนาจของราคะหรือปฏิฆะในฝ่ายใดฝ่ายหนึ่ง เมื่อปฏิบัตินำใจออกมาให้เป็นกลางได้ จึงหมายความว่าดับราคะหรือปฏิฆะได้ ถ้าดับราคะหรือปฏิฆะไม่ได้ การปฏิบัติอุเบกขาในข้อนี้ก็จะไม่สำเร็จ ยังไม่ได้อุเบกขา ยังไม่เป็นอุเบกขา จะต้องดับราคะปฏิฆะได้ด้วย จึงจะเป็นอุเบกขาขึ้นมาได้ ฉะนั้นในการที่จะปฏิบัติเพื่อให้เป็นอุเบกขาในข้อนี้ ท่านจึงสอนให้คิดพิจารณาถึงกรรมว่า สัตว์ทั้งหลายมีกรรมเป็นของ ๆ ตน เป็นทายาทรับผลของกรรม เป็นต้นดังที่กล่าวแล้ว เมื่อนำจิตออกมากำหนดกรรม ปลงลงในกรรมได้สำเร็จ จึงจะทำจิตให้เป็นอุเบกขาขึ้นมาได้ ตัวอย่างของมารดาบิดารักบุตรธิดาดังที่ยกขึ้นมานั้น เมื่อบุตรธิดาไปวิวาทกับใครและมีผู้มาฟ้องมารดาบิดา มารดาบิดานั้นแม้จะมีราคะสิเน่หาในบุตรธิดา เข้าข้างบุตรธิดาอยู่ แต่มารดาบิดาผู้มุ่งปฏิบัติธรรมย่อมหักห้ามความเข้าข้างบุตรธิดาอันเป็นราคะสิเน่หานั้นไว้ก่อน โดยมารับพิจารณาคำฟ้องว่าเขาฟ้องว่าบุตรธิดาไปทำผิดอะไร และก็พิจารณาสอบสวนว่าไปทำผิดจริงหรือไม่ และเมื่อพบความจริงว่าบุตรธิดาไปทำผิด ก็ว่ากล่าวและปฏิบัติไปตามควรแก่เหตุ เมื่อไม่ทำผิดจริงก็ชี้แจงให้เป็นที่เข้าใจกันตามหลักฐานเหตุผล การปฏิบัติดั่งนี้ชื่อว่าเป็นการปฏิบัติที่เพ่งถึงกรรมคือการงานที่กระทำดังกล่าวนั้นเป็นหลักสำคัญ เมื่อมารดาบิดาปฏิบัติดั่งนี้ก็ชื่อว่าเป็นผู้มีอุเบกขา รักษาอุเบกขา และเมื่อรักษาอุเบกขาไว้ดั่งนี้ได้ ก็เป็นการรักษาความยุติธรรมนั่นเอง ฉะนั้นความยุติธรรมนั้นจึงต้องประกอบด้วยอุเบกขา คือมุ่งกรรมการงานที่กระทำนี้แหละเป็นหลักสำคัญโดยไม่เข้าข้างบุคคลด้วยอำนาจของราคะหรือปฏิฆะ แม้ว่าจะชอบไม่ชอบใคร เมื่อมีหน้าที่จะต้องเป็นผู้รับฟ้องและตัดสินโดยเป็นผู้ใหญ่หรือโดยหน้าที่อย่างใดอย่างหนึ่ง ก็ไม่ถือเอาความชอบไม่ชอบเป็นส่วนตัวนั้นมาเป็นข้อสำคัญ และก็มุ่งพิจารณาถึงกรรมตามที่ฟ้องนั้นพร้อมทั้งหลักฐานเหตุผลต่าง ๆ เป็นข้อตัดสินชี้ลงไปว่าผิดว่าถูก ดั่งนี้ก็คือมีอุเบกขา คือวางตนเป็นกลางได้ ไม่ถือเอาชอบหรือชังส่วนตัวมาเป็นเหตุสำคัญ

ดับราคะสิเน่หา

เมื่อมีอุเบกขาด้วยพิจารณาปลงลงในกรรมได้ดั่งนี้ว่า สัตว์ทั้งปวงมีกรรมเป็นของ ๆ ตนดังกล่าวนั้น ก็ย่อมจะรวมเอาทั้งคนที่ชอบ ทั้งคนที่ชัง ทั้งคนที่เป็นผู้เนื่องอยู่ในครอบครัว ในหมู่คณะของตน ทั้งคนที่ไม่เนื่องอยู่ดังกล่าวคือคนอื่น แปลว่าทั้งหมดไม่ว่าใคร ไม่ยกเว้นใครก็รวมอยู่ในคำว่าสัตว์ทั้งหลายทั้งปวงซึ่งมีกรรมเป็นของ ๆ ตน เป็นทายาทรับผลของกรรมเป็นต้น ไม่มียกเว้นใครผู้ใด และเมื่อเป็นดั่งนี้แล้ว การอบรมเมตตา การอบรมกรุณา การอบรมมุทิตา ก็ย่อมจะเป็นไปโดยสะดวก จะทำให้ได้เมตตาที่บริสุทธิ์ กรุณาที่บริสุทธิ์ มุทิตาที่บริสุทธิ์ด้วย ดังเช่นคิดแผ่เมตตาออกไปในคนที่รัก อันคนที่รักนั้นทางโลกก็ย่อมเป็นบุคคลที่มีราคะสิเน่หาอยู่เป็นส่วนมาก เมื่อเป็นดั่งนี้ ถ้าจิตไม่ประกอบด้วยอุเบกขาดังกล่าว การแผ่ออกไปด้วยเมตตาในบุคคลเช่นนั้น ก็อาจจะไปเพิ่มราคะสิเน่หาขึ้นโดยไม่รู้ตัว คิดว่าราคะสิเน่หานั่นแหละเป็นตัวเมตตาแต่อันที่จริงไม่ใช่ เป็นราคะสิเน่หาต่างหาก ต่อเมื่อมีใจเป็นอุเบกขาหยั่งลงในกรรมเสียได้ แยกออกมาเสียได้แล้ว แผ่เมตตาออกไปแม้ในคนที่รักก็เป็นเมตตาที่บริสุทธิ์

ดับปฏิฆะ

การแผ่เมตตาดับปฏิฆะไปในบุคคลที่ไม่เป็นที่รักเช่นในผู้ที่เป็นศัตรู ถ้าหากจิตยังไม่เป็นอุเบกขา คือยังดับปฏิฆะในใจไม่ได้ การจะแผ่เมตตาออกไปในบุคคลที่ชังกันนั้นจึงยากมาก จิตไม่ยอมที่จะเมตตา ยิ่งไปคิดถึงบางทีกลับไปเพิ่มพยาบาทโทสะให้มากขึ้นไปอีก เพราะฉะนั้นต้องคิดดับปฏิฆะในใจ ทำใจให้เป็นอุเบกขาให้ได้โดยที่ปลงลงในกรรม เป็นกรรมของบุคคลที่ตนไม่ชอบนั้นเองด้วย เป็นกรรมของตนเองด้วย และไม่ว่าจะเป็นศัตรูคือเป็นบุคคลที่ตนไม่ชอบหรือว่าเป็นตนเอง เมื่อทำอะไรออกไปทางกาย ทางวาจา ตลอดจนถึงทางใจ กรรมที่ทำนั้นถ้าเป็นอกุศลก็เป็นอกุศลกรรมของตนเอง ของคนผู้ทำนั้นเอง ถ้าเป็นกุศลก็เป็นของบุคคลผู้ทำนั้นเอง ของตนเองเช่นเดียวกัน เพราะฉะนั้น พิจารณาดูว่าไม่ชอบเขาเพราะอะไร เขาเป็นศัตรูเพราะอะไร สมมติว่าไม่ชอบเขาเห็นว่าเขาเป็นศัตรู เขาทำร้าย เขาพูดร้าย เขาแสดงอาการคิดร้ายต่อตนอย่างใดอย่างหนึ่ง คราวนี้เมื่อมาพิจารณาปลงลงไปในกรรม ก็พิจารณาว่าการทำร้าย การพูดร้าย การคิดร้ายของเขานั้นใครเป็นคนทำ เขาทำหรือว่าเราทำ ก็จะต้องตอบว่าเขาทำ ก็เมื่อเขาทำก็เป็นกรรมของเขา เมื่อเขาทำร้าย เขาคิดร้าย เขาพูดร้ายจริงแม้ต่อเรา กรรมที่เขาทำนั้นก็เป็นอกุศลกรรมของเขาเอง เราไม่ได้ทำก็ไม่ได้เป็นกรรมของเรา แม้ว่าเราจะเดือดร้อนเพราะกรรมของเขาก็จริง แต่กรรมที่เขาทำก็เป็นกรรมของเขาเอง กรรมชั่วของเขาเอง ไม่ใช่เป็นกรรมชั่วของเรา เราอาจจะต้องเดือดร้อนเพราะกรรมชั่วของเขาก็จริง แต่ว่ากรรมชั่วนั้นเป็นของเขาไม่ใช่เป็นของเรา แบ่งออกได้ดั่งนี้

แล้ว ก็จะทำให้ปลงใจลงไปในกรรมได้ไม่มากก็น้อย หรือว่าปลงลงไปได้ครึ่งหนึ่ง หรือว่าค่อนหนึ่งหรือว่าทั้งหมด ถ้าหากว่าสามารถจะพิจารณาให้เห็นจริงจังดั่งนั้นได้ และก็ดูถึงกรรมของตนเองว่าอาจจะเป็นที่ตนกระทำกรรมอันใดอันหนึ่งที่เป็นกรรมชั่วของตน แต่ว่าไปทำให้คนอื่นเขาเดือดร้อนในอดีตบ้าง หรือว่าในปัจจุบันบ้างก็ได้ เพราะฉะนั้นก็ให้อโหสิกันไปเสีย คิดปลงลงไปดั่งนี้แล้วก็จะทำให้ดับปฏิฆะลงไปได้ และเมื่อดับปฏิฆะลงไปได้แล้วคิดแผ่เมตตาไปแม้ในคนที่เป็นศัตรูหรือคนที่ชังกันก็ย่อมจะทำได้ง่าย เพราะว่าดับความชังในจิตใจโดยทำจิตใจให้เป็นอุเบกขาได้

ในข้อกรุณา ข้อมุทิตาก็เช่นเดียวกัน และเมื่อได้ปฏิบัติอบรมเมตตา กรุณา มุทิตาไปในกาละในบุคคลที่ควรอบรม ก็สามารถที่จะอบรมมาถึงอุเบกขาได้ ในเมื่อได้มีอุเบกขาเป็นพื้นอยู่ตามสมควรแล้ว ดังเช่นที่เป็นไปในฝ่ายดี ท่านแสดงอุปมาถึงวาระของการอบรมธรรมทั้ง ๔ ข้อนี้ที่ควรเป็นไปในวาระเช่นไร อุปมาเหมือนอย่างมารดามีบุตร ๔ คน บุตรที่ยังเป็นเด็กคนหนึ่ง บุตรที่ป่วยไข้คนหนึ่ง บุตรที่บรรลุถึงความเจริญวัยคนหนึ่ง บุตรที่ขวนขวายในกิจการงานของตนได้แล้วคนหนึ่ง มารดาบิดาย่อมปรารถนาความเจริญแด่บุตรที่ยังเป็นเด็กนี้คือเมตตา มารดาบิดาย่อมหวังความหายป่วยไข้สำหรับบุตรที่ป่วยไข้ นี้คือกรุณา มารดาบิดาย่อมหวังความตั้งอยู่ตลอดกาลนานแห่งบุตรที่บรรลุถึงวัยเจริญ นี้คือมุทิตา มารดาบิดาย่อมไม่ขวนขวายอะไร คือวางใจเป็นอุเบกขาได้ในบุตรที่ขวนขวายในกิจการของตนเองได้แล้ว นี้คืออุเบกขา เมื่อมารดามีอุเบกขาย่อมสามารถที่จะอบรมธรรมทั้ง ๔ ข้อนี้จนถึงอุเบกขาเพิ่มเติมขึ้นอีกได้ แต่ถ้าหากว่ามารดาไม่สามารถที่จะดับราคะสิเน่หาในบุตรได้ตามสมควร ย่อมไม่สามารถที่จะทำอุเบกขาได้แม้ว่าบุตรจะขวนขวายในกิจการงานของตนได้แล้ว ก็จะต้องวุ่นวายคอยดูแลช่วยต่าง ๆ อยู่อีกไม่รู้จักแล้วเป็นอันไม่ได้พักผ่อน ทั้งนี้เพราะเหตุว่าถ้ามาพิจารณาถึงกรรมดังกล่าวแล้วว่า ทุก ๆ คนมีกรรมเป็นของ ๆ ตน บุตรก็มีกรรมเป็นของ ๆ ตน และบัดนี้เขาก็มีกรรมดีสนับสนุนจนถึงสามารถประกอบการงานของตน ตั้งตนได้ตามสมควรแล้ว ก็แปลว่าปล่อยวางได้ อุเบกขาได้ หยุดขวนขวายช่วยเหลือได้ เมื่อเป็นดั่งนี้ก็แปลว่ามารดาบิดาเป็นพรหมครบ ๔ หน้า คือมีทั้งเมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา ไม่บกพร่อง แต่โดยมากนั้นเมื่อไม่ปฏิบัติให้ถึงอุเบกขาแล้ว ก็มักจะบกพร่องในข้ออุเบกขานี้ ในบุคคลซึ่งมีราคะสิเน่หาเป็นอย่างยิ่ง

คราวนี้ในอีกด้านหนึ่ง คือในด้านที่ไม่สามารถจะช่วยได้ ดังเช่นบุคคลซึ่งเป็นที่รักเจ็บป่วยด้วยโรคที่ไม่สามารถจะรักษาได้ มีอันจะต้องละโลกนี้ไป ถ้าหากว่าหักใจไม่ได้คือไม่มีอุเบกขาก็ย่อมจะต้องมีความเศร้าโศกเป็นอย่างยิ่ง แต่ถ้าหากว่าปลงใจลงไปในกรรมได้ว่า ทุก ๆ คนมีกรรมเป็นของ ๆ ตน เป็นทายาทรับผลของกรรม เมื่อต้องเจ็บป่วยรักษาไม่ได้ทั้งที่ได้ช่วยรักษามาอย่างเต็มที่แล้ว ก็แสดงว่า ถึงกาละตามกรรมอันจะต้องละโลกนี้ไป อันเป็นกรรมที่เขาทำไว้เอง ปลงใจลงในกรรมเหล่านี้ ก็จะทำให้ดับราคะได้คือความติดด้วยอำนาจของราคะ จิตก็จะเป็นอุเบกขา คือ

วางเฉยได้ มัธยัสถ์เป็นกลางได้ ก็จะดับความเสียใจได้ ดั่งนี้ก็เป็นกาละที่ควรทำอุเบกขา และจะต้องหัดทำให้ได้

อุเบกขาจึงเป็นสิ่งที่เป็นประโยชน์มากและเป็นสิ่งที่จำเป็น เป็นหลักการของพรหมวิหารทุกข้อ สามารถที่จะทำให้ปฏิบัติในพรหมวิหารข้ออื่นได้ด้วย และสามารถที่จะทำจิตให้บรรลุถึงความสงบ ปลงใจลงไปในกรรมและผลของกรรมที่ทุก ๆ คนกระทำดังที่ได้กล่าวมาแล้ว นี้คืออุเบกขาในพรหมวิหาร

การพิจารณาป่าช้าก็เป็นการเตือนใจให้บังเกิดความสังเวช เมื่อบังเกิดความสังเวชขึ้น ก็ทำให้พิจารณาละราคะสิเน่หา ละเคหสิตะโสมนัส เคหสิตะโทมนัส และเคหสิตะอุเบกขาได้ และสามารถที่จะละพยาบาท ละวิเหสา ละอรติ ละความริษยา ละราคะปฏิฆะ อบรมจิตให้มีเมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขาในสัตว์ทั้งหลายทั่วทิศได้โดยง่าย

๖ กันยายน ๒๕๒๒

ครั้งที่ ๘ อุเบกขา (ต่อ)

ได้แสดงอุเบกขามาหลายครั้ง เพราะเป็นธรรมที่ประกอบอยู่ในหมวดธรรมทั้งหลายเป็นอันมาก อันแสดงว่าเป็นธรรมข้อสำคัญที่จะนำให้การปฏิบัติธรรมทั้งปวงโดยเฉพาะนำจิตใจไปสู่ความหลุดพ้นได้ พิจารณาดูเข้ามาที่จิต จิตนี้โดยปรกติไม่มีอุเบกขาในอารมณ์ทั้งหลาย เพราะว่าไม่ปล่อยและไม่หยุดในอารมณ์ทั้งหลาย ไม่ปล่อยก็คือว่ายึด ยึดอารมณ์ทั้งหลาย และเมื่อยึดอารมณ์ทั้งหลายก็ไม่หยุดการปรุงการแต่งอารมณ์ทั้งหลาย จึงนำให้เกิดความยินดีความยินร้ายความหลงงมงายต่าง ๆ ฉะนั้น การปฏิบัติโดยสรุปหรือที่เรียกว่าเป็นทางลัดอย่างง่ายก็ให้กำหนดเข้ามาดูจิตเมื่อรับอารมณ์ทั้งหลายทางทวารทั้ง ๖ เมื่อดูจิตก็ย่อมจะพบว่าจิตมีปรกติยึดไม่ปล่อยอารมณ์ และไม่หยุดคือว่าปรุงแต่งอารมณ์ เว้นไว้แต่ว่าอารมณ์นั้น ๆ จะไม่พอเป็นที่ตั้งของความยินดีหรือความยินร้ายดังที่เรียกในภาษาสามัญว่าไม่น่าสนใจ ใจไม่สนก็ปล่อยไปและก็หยุดไม่ปรุงแต่งอารมณ์เช่นนั้น ดั่งนี้แหละที่เรียกว่าอัญญาณอุเบกขา ความปล่อยความหยุด หรือความวางความเฉยด้วยความไม่รู้ หรือมิใช่ด้วยความรู้ หรือที่เรียกว่า เคหสิตะอุเบกขาดังกล่าวมาแล้ว

อุเบกขาดังกล่าวไม่ใช่เป็นธรรมปฏิบัติ เป็นของที่ทุกคนก็มีอยู่ด้วยกัน คือเรื่องอันใดที่ไม่สนใจ ใจไม่สนก็เฉย ๆ ก็ปล่อยไม่ยึด แล้วก็หยุดคือไม่ปรุงแต่งต่อไป แต่ว่าเรื่องที่ใจสนเช่นว่าอารมณ์อันเป็นสุภารมณ์ คืออารมณ์ที่งดงาม หรือตรงกันข้ามอารมณ์ที่เป็นอสุภารมณ์ คืออารมณ์ที่ไม่งดงามที่น่าเกลียด ซึ่งถ้าจะเป็นสุภารมณ์ก็ชวนใจให้ยินดี ถ้าเป็นอสุภารมณ์ก็ชวนใจให้ยินร้าย ดั่งนี้ใจก็สน ก็ยึดไม่ปล่อยและก็ไม่หยุดก็คือว่าจับมาปรุงแต่งในใจต่อไป ดูจิตให้รู้ว่าจิตเป็นอย่างไรในเวลาที่รับอารมณ์ทั้งหลายอยู่เป็นประจำดังนี้ให้รู้ และเมื่อจิตจับยึดอารมณ์ไม่ปล่อย และไม่หยุดคือว่าปรุงแต่ง ก็จะเกิดความยินดีบ้างความยินร้ายบ้าง ตลอดจนความหลงงมงายต่าง ๆ ดังกล่าว เมื่อเป็นดังนี้ก็ให้รู้ และให้รู้ว่าอาการดั่งนั้นเป็นของปรุงแต่งเป็นของหยาบ ไม่ใช่เป็นของละเอียด ส่วนอุเบกขาคือความที่นำใจออกมาเป็นกลาง ที่เรียกว่ามัธยัสถ์ ตั้งอยู่ในท่ามกลางไม่ตกไปในฝ่ายยินดี ไม่ตกไปในฝ่ายยินร้าย ตั้งอยู่ในท่ามกลางดั่งนี้เป็นของละเอียด เพราะว่าภาวะของจิตดั่งนี้เป็นลักษณะที่เรียกว่า ปล่อยคือไม่จับยึดเอาไว้ และหยุดคือไม่ปรุงแต่ง ตั้งอยู่ท่ามกลาง แต่ถ้าตกไปในฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งแห่งความยินดีหรือความยินร้าย ก็จะต้องปรุงแต่ง ดูจิตให้รู้ดั่งนี้ก็จะได้อุเบกขา

อุเบกขาในสติปัฏฐานสี่

อุเบกขามีความสำคัญในธรรมทั้งหลาย และมักจะเป็นธรรมข้อสูงสุดในหมวดธรรมนั้น ๆ เช่นในสติปัฏฐานทั้ง ๔ สติกำหนดดูกาย ดูเวทนา ดูจิต ดูธรรม ก็มิได้มีอุเบกขาแสดงไว้โดยตรง

แต่ในทางปฏิบัตินั้น ท่านมีแสดงไว้ว่า ในขั้นตั้งสติกำหนดดูธรรมนั้น สรุปเข้ามาก็คือ เข้าไปเพ่งดูการละความยินดีความยินร้าย สงบอยู่ภายในด้วยดี สติที่กำหนดดั่งนี้เป็นยอดธรรมานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือการปฏิบัติสติปัฏฐานนั้นปฏิบัติกันมาโดยลำดับจนถึงละความยินดีความยินร้ายได้ เมื่อยังละไม่ได้ ก็ต้องจับการปฏิบัติไว้ปล่อยหยุดไม่ได้ จนกว่าจะละความยินดีความยินร้ายในอารมณ์ทั้งหลายได้ดังที่ได้เริ่มกล่าวมา คือการที่ได้เริ่มกล่าวมาตั้งแต่ต้นนั้น อันที่จริงก็เป็นการปฏิบัติสติปัฏฐานนั้นเองในอารมณ์ทั้งหลาย จนละความยินดีความยินร้ายได้ เมื่อละได้ จึงเข้าไปเพ่งดูการละความยินดีความยินร้ายนั้นสงบอยู่ภายใน ดั่งนี้เป็นอุเบกขา ก็เป็นสติปัฏฐาน ๔ สมบูรณ์

อุเบกขาสัมโพชฌงค์

ในโพชฌงค์เจ็ด ข้อสุดท้ายก็คือ อุเบกขาสัมโพชฌงค์ องค์แห่งความรู้คืออุเบกขา ในทางปฏิบัติก็มีอธิบายว่า คือการเข้าไปเพ่งจิตที่เป็นสมาธิตั้งมั่นแล้วด้วยดี เมื่อจิตตั้งมั่นเป็นสมาธิดีแล้ว ก็ไม่ต้องทำการตั้งอีก แต่ว่าเข้าไปเพ่งดูจิตอันเป็นสมาธิที่ตั้งมั่นแล้วนั้น การเข้าไปเพ่งดูจิตที่เป็นสมาธิตั้งมั่นแล้วนั้นเป็นการปล่อย คือไม่ยึดการปฏิบัติในการตั้งเพราะว่าตั้งได้แล้ว และเป็นการหยุดคือไม่ต้องปรุงสมาธิให้บังเกิดขึ้นอีก เพราะเป็นสมาธิแล้ว เมื่อเป็นดั่งนี้ก็เป็นอันว่าเป็นโพชฌงค์ที่สมบูรณ์เป็นการที่จะก้าวขึ้นสู่ปัญญาในองค์มรรคต่อไป

อุเบกขาในปัญญา

ในการปฏิบัติทางวิปัสสนาอันเป็นทางปัญญานั้น ก็กำหนดนามรูปหรือขันธ์ห้า หากปฏิบัติสืบต่อขึ้นมาจากสติปัฏฐาน โพชฌงค์ ก็คือต่อจากอุเบกขาสัมโพชฌงค์นั่นเอง เมื่อเข้าไปเพ่งจิตที่เป็นสมาธิตั้งมั่นดีแล้ว ขันธ์ห้าย่อลงเป็นนามรูป ก็ย่อมจะปรากฏในจิตนี้เอง เพราะว่าจิตนี้เองในขั้นนี้เป็นตัวสังขาร ประกอบอยู่ด้วยนามรูปหรือขันธ์ห้า นามรูปหรือขันธ์ห้านี้รวมกันเข้าเป็นสมาธิ และแม้เป็นตัวอุเบกขาเอง เมื่อเข้าไปเพ่งดูจิตที่เป็นสมาธิ ขันธ์ห้า นามรูปก็ย่อมจะปรากฏที่จิตนี้ ก็จับพิจารณาทางปัญญา คือจับเอานามรูปขึ้นพิจารณาโดยไตรลักษณ์ คือลักษณะที่ไม่เที่ยงอันได้แก่เกิดดับ ลักษณะที่เป็นทุกข์คือตั้งอยู่คงที่ไม่ได้ ต้องแปรปรวนเปลี่ยนแปลงไป ลักษณะที่เป็นอนัตตาคือบังคับให้เป็นไปตามปรารถนาไม่ได้ จึงต้องเกิดต้องดับ จึงต้องแปรปรวนเปลี่ยนแปลงไป ดั่งนี้แปลว่าต้องจับขึ้นมาพิจารณาไม่ปล่อย และการที่ไม่ปล่อยนั้นก็คือว่าต้องปรุงแต่งปรุงแต่งการพิจารณาโดยไตรลักษณ์ว่าเป็นอนิจจะ ไม่เที่ยงอย่างนี้ ๆ เป็นทุกขะอย่างนี้ ๆ เป็นอนัตตาอย่างนี้ ๆ ต้องจับเอานามรูปขึ้นมา ต้องปรุงแต่งการพิจารณาขึ้นมาว่าอย่างนี้ๆ ดั่งนี้เรียกว่ายังไม่มีอุเบกขาคือยังไม่ปล่อยยังไม่หยุด ต้องจับขึ้นมาพิจารณา การพิจารณาก็ต้องปรุงแต่งปัญญาส่วนเหตุหรือวิปัสสนาที่เป็นส่วนเหตุ ต้องเป็นไปดั่งนี้

เมื่อไตรลักษณ์ปรากฏขึ้นชัดแก่ความรู้ คืออนิจจตา ทุกขตา อนัตตตา ความเป็นของไม่เที่ยง ความเป็นทุกข์ ความเป็นอนัตตาปรากฏขึ้นแก่ความรู้ เมื่อปรากฏขึ้นชัดเห็นไตรลักษณ์แล้วก็ปล่อยได้ หยุดได้ ปล่อยก็คือไม่ต้องจับเอานามรูปขึ้นมาตรวจค้น ปล่อยก็คือหยุด หรือหยุดก็คือปล่อย อันหมายความว่าหยุดปรุงแต่งการพิจารณาว่าเป็นไตรลักษณ์อย่างไร เพราะว่าเห็นไตรลักษณ์แล้ว อนิจจตา ทุกขตา อนัตตตาปรากฏขึ้นแล้วดั่งนี้ ตอนนี้แหละเรียกว่าเป็นอุเบกขา เพียงเข้าไปเพ่งดูอนิจจตา ทุกขตา อนัตตตา ปรากฏอยู่ในนามรูป

ฉะนั้น ในขั้นนี้จึงเรียกว่าเป็นปัญญาส่วนผล ปัญญาส่วนเหตุนั้น ต้องจับต้องยึดเอานามรูปขึ้นมาตรวจค้น คือไม่ปล่อยและก็ไม่หยุดการปรุงแต่ง คือต้องปรุงแต่งการพิจารณา แปลว่าไม่มีอุเบกขาในเรื่องนี้ เป็นปัญญาส่วนเหตุ ครั้นได้เห็นแล้วได้รู้แล้วเป็นปัญญาส่วนผล ก็ปล่อยได้หยุดได้ ดั่งนี้คืออุเบกขา เป็นอุเบกขาทางปัญญาหรือในปัญญา

อุเบกขาในสังขาร

เมื่อได้อุเบกขาในปัญญาแล้ว ก็จะได้อุเบกขาในสังขารต่อไป แต่ว่าก่อนที่จะได้อุเบกขาในสังขารนั้น ก็จะต้องมีการปฏิบัติปล่อยวางสังขารเสียก่อน ในการปฏิบัติปล่อยวางสังขารนี้ก็คือปล่อยวางจากความยึดถือ เพราะว่าเมื่อยังไม่เห็นไตรลักษณ์ ก็ย่อมมีความยึดถือในสังขาร กล่าวโดยเฉพาะก็คือนามรูปนี้แหละ ว่านามรูปนี้เป็นของเรา เราเป็นนามรูปนี้ นามรูปนี้เป็นอัตตาตัวตนของเรา ย่อมจะมีความยึดถืออยู่ดั่งนี้ ต่อเมื่อเห็นไตรลักษณ์แล้ว ความยึดถือดังกล่าวนี้ก็จะหายไปเป็นความปล่อยวางสังขารคือนามรูป ในช่วงขณะที่ปฏิบัติปล่อยวางนามรูปนี้ เรียกว่า ยังต้องยึดถือ ยึดถือเพื่อปล่อยวาง คือยังไม่ปล่อยนามรูปในขณะที่ยังมิได้วางลงแล้ว แต่ว่าในขั้นนี้ก็เรียกว่าจับขึ้นมาเพื่อปล่อย ก็ยังเรียกว่ายังไม่หยุดคือต้องปรุงการปล่อยคือการปฏิบัติ ครั้นจับขึ้นมาเพื่อปล่อย ปรุงการปล่อยคือทำการปล่อย ปล่อยวางลงไปได้แล้วนั่นก็เป็นอันว่าเสร็จกิจในการที่จะทำการปล่อย ก็เป็นอุเบกขาในสังขาร คือในนามรูป ก็เป็นอันว่าปล่อยได้หยุดได้ ท่านจึงมีอุปมาไว้ว่า เปรียบเหมือนงูเลื้อยเข้ามาในบ้านและมาขดซ่อนตัวอยู่ในมุมแห่งหนึ่ง เจ้าของบ้านก็เที่ยวค้นหาว่างูอยู่ที่ไหน ครั้นเห็นลายดอกจันทน์ที่ศีรษะงูก็รู้ว่างูอยู่ที่นี่ เมื่อรู้ว่างูอยู่ที่นี่แล้วก็เป็นอันว่าการค้นหาว่างูอยู่ที่ไหนก็เสร็จไป เพราะว่ารู้ว่างูอยู่ที่นี่แล้วก็เป็นอันว่าไม่ต้องค้นว่างูอยู่ที่ไหน จึงถึงกิจที่จะต้องจับเอางูไปปล่อย โดยที่ไม่ให้งูเป็นอันตรายด้วย และไม่ให้ตนเองเป็นอันตรายด้วย เมื่อจับไปปล่อยได้แล้วก็เสร็จกิจในเรื่องการจับงูไปปล่อย ในการค้นหางูว่าอยู่ที่ไหนก็เหมือนอย่างการใช้ปัญญาค้นหาไตรลักษณ์ในนามรูป ครั้นพบว่างูอยู่ที่ไหนแล้ว ก็เหมือนอย่างว่าค้นหาไตรลักษณ์ในนามรูปได้แล้ว สิ้นสงสัยไตรลักษณ์ในนามรูปแล้ว การจัดการจับงูไปปล่อยก็เหมือนกับการปฏิบัติปล่อยวางการยึดถือในสังขารในนามรูป จับงูไปปล่อยได้แล้วก็เหมือนอย่างอุเบกขาใน

สังขารคือในนามรูป ก็เสร็จกิจในการปล่อยวางดั่งนี้ เมื่อถึงขั้นนี้จึงจะเป็นที่สุดของวิปัสสนาหรือปัญญาสิกขาอันจะนำไปสู่ผลของวิปัสสนาหรือปัญญาสืบไป

ไตรลักษณญาณ

อุเบกขาเป็นธรรมสำคัญซึ่งเมื่อได้ศึกษาให้รู้จักอุเบกขาด้วยดี ก็จะนำให้การปฏิบัติอบรมจิตทางสมถะวิปัสสนาดำเนินไปด้วยดีตั้งแต่ในเบื้องต้น การพิจารณาป่าช้าทั้งเก้าก็เป็นวิธีหนึ่งเหมือนอย่างว่าเป็นการค้นหางูที่เลื้อยเข้ามาในบ้านว่างูอยู่ที่ไหน คือเป็นการค้นหาไตรลักษณ์ เป็นทางปฏิบัติที่จะให้พบไตรลักษณ์ได้ง่าย สรีระคือทรากศพนี้แหละจะเป็นเครื่องนำไปสู่ปัญญาในไตร-ลักษณ์ได้ชัดเจน ทรากศพจึงเป็นมิตรของผู้ปฏิบัติธรรมเพื่อไตรลักษณญาณ พระพุทธเจ้าจึงได้ตรัสสอนให้พิจารณาป่าช้าทั้งเก้า พิจารณาสรีระคือทรากศพที่เขาทิ้งไว้ในป่าช้า ตายวันหนึ่ง สองวัน สามวัน ขึ้นพอง มีสีเขียวน่าเกลียด มีน้ำเหลืองไหล พิจารณาสรีระคือทรากศพที่เขาทิ้งไว้ในป่าช้าอันสัตว์ทั้งหลายกัดกิน อันกาจิกกิน อันแร้งจิกกิน อันนกตะกรุมจิกกิน อันสุนัขป่ากัดกิน อันสุนัขจิ้งจอกกัดกิน อันสัตว์ทั้งหลายนอกจากนี้มีอย่างต่าง ๆ กัดกิน ให้พิจารณาทรากศพที่เขาทิ้งไว้ในป่าช้าเป็นโครงร่างกระดูก ยังมีเนื้อและเลือด มีเส้นเอ็นรึงรัด พิจารณาสรีระทรากศพที่เขาทิ้งไว้ในป่าช้า ไม่มีเนื้อแต่ว่ายังเปื้อนเลือด มีเส้นเอ็นรึงรัด พิจารณาสรีระทรากศพที่เขาทิ้งไว้ในป่าช้า ปราศจากเนื้อและเลือดแล้ว แต่ยังมีเส้นเอ็นรึงรัด พิจารณาสรีระทรากศพที่เขาทิ้งไว้ในป่าช้าเป็นกระดูกที่ไม่มีเส้นเอ็นรึงรัด จึงกระจัดกระจายไปในทิศต่าง ๆ กระดูกมือก็ไปทางหนึ่ง กระดูกเท้าก็ไปทางหนึ่ง กระดูกแข้งก็ไปทางหนึ่ง กระดูกขาก็ไปทางหนึ่ง กระดูกสะเอวก็ไปทางหนึ่ง กระดูกสันหลังก็ไปทางหนึ่ง กระดูกซี่โครงก็ไปทางหนึ่ง กระดูกอกก็ไปทางหนึ่ง กระดูกแขนก็ไปทางหนึ่ง กระดูกหัวไหล่ก็ไปทางหนึ่ง กระดูกคอก็ไปทางหนึ่ง กระดูกคางก็ไปทางหนึ่ง กระดูกฟันก็ไปทางหนึ่ง กระดูกศีรษะก็ไปทางหนึ่ง คือกระโหลกศีรษะ พิจารณากระดูกทั้งหลายที่มีสีขาวเหมือนดังสีสังข์ พิจารณากระดูกทั้งหลายที่กองอยู่เป็นกอง ๆ มีอายุเกินกว่าปีหนึ่งไปแล้ว พิจารณากระดูกทั้งหลายที่ผุป่น ดั่งนี้ก็เป็นป่าช้าทั้งเก้า

แม้ในปัจจุบันยากที่จะเห็นป่าช้าทั้งเก้านั้นได้ เพราะไม่มีการทิ้งศพไว้ในป่าช้า แต่ว่าภาวะของสรีระเมื่อสิ้นชีวิตไปแล้วก็จะต้องเปื่อยพังไปจนถึงกระดูกผุป่นไปในที่สุด เมื่อมีการฌาปนะก็หมดไปในการฌาปนะนั้น เหลืออยู่เท่าที่ต้องการให้เหลือ และสิ่งที่เหลืออยู่ในที่สุดก็ผุป่นไปหมดเช่นเดียวกัน จึงแสดงถึงไตรลักษณ์แห่งสังขารคือนามรูปนี้อย่างชัดเจน ไตรลักษณญาณจึงบังเกิดขึ้นได้ง่ายเมื่อปฏิบัติพิจารณาตามที่พระพุทธเจ้าได้ทรงสั่งสอนไว้

๗ กันยายน ๒๕๒๒

ครั้งที่ ๑๐ ไตรลักษณ์

สัมมาสมาธิ

พระพุทธเจ้าได้ตรัสรู้พระธรรม เพราะได้ทรงปฏิบัติดำเนินในทางอันเรียกว่ามัชฌิมาปฏิปทา ข้อปฏิบัติอันเป็นหนทางกลาง ไม่ข้องเกี่ยวในทางอันเรียกว่า กามสุขัลลิกานุโยค ความประกอบตนพัวพันอยู่ด้วยความสุขสดชื่นในกาม และอัตตกิลมถานุโยค ความประกอบทรมานตนให้ลำบาก เพราะเหตุที่ทางที่ได้ทรงพบไม่พัวพันด้วยทางทั้ง ๒ ดังกล่าวจึงเรียกว่า มัชฌิมาปฏิปทา ข้อปฏิบัติอันเป็นหนทางกลาง ได้แก่ มรรคมีองค์ ๘ มีสัมมาทิฏฐิ ความเห็นชอบเป็นต้น มีสัมมาสมาธิ ความตั้งใจชอบเป็นที่สุด ตามพุทธประวัติก็แสดงว่า ได้ทรงระลึกถึงสมาธิจิตที่ทรงได้เมื่อเป็นพระกุมารตามเสด็จพระราชบิดาไปในพิธีแรกนาขวัญ ในขณะที่พระราชบิดาทรงประกอบพระราชพิธีแรกนาขวัญนั้น พระราชกุมารพระโพธิสัตว์ประทับนั่ง ณ ภายใต้ร่มหว้า ได้ทรงกำหนดลมหายใจเข้าออก จิตก็เป็นสมาธิถึงขั้นปฐมฌาน แต่ว่าต่อมาสมาธินั้นก็เสื่อมไป ครั้นได้เสด็จออกทรงผนวช ทรงแสวงหาทางแห่งความตรัสรู้ ได้ทรงศึกษาลัทธิสมาบัติเจ็ด สมาบัติแปด ในสำนักของท่านคณาจารย์ทั้งสอง คือท่านอาฬารดาบส ผู้ได้สมาบัติเจ็ด และท่านอุทกดาบส ผู้ได้สมาบัติแปด ทรงศึกษาและทรงปฏิบัติได้เสมอกับท่านอาจารย์ทั้งสองนั้นแล้ว ก็ได้ทรงเห็นว่ายังไม่ใช่เป็นความสิ้นทุกข์ ยังมีตัณหาอุปาทานมีชาติมีภพ จึงได้เสด็จหลีกออกไปทรงบำเพ็ญทุกกรกิริยา ก็ได้ทรงเห็นว่า แม้ทุกกรกิริยาทรมานกายให้ลำบากก็ไม่เป็นทางแห่งปัญญาตรัสรู้จึงได้ทรงหยุด และก็ทรงแสวงหาหนทางอื่นต่อไป ก็ทรงระลึกได้ถึงสมาธิจิตที่เคยทรงได้นั้น ทรงเห็นว่าจะเป็นทางนำไปสู่ปัญญาตรัสรู้ได้ จึงได้ทรงจับทำสมาธินั้น

อันที่จริงลัทธิสมาบัติเจ็ด สมาบัติแปด ก็เป็นสมาธิ แต่เป็นสมาธิเพื่อพรหมโลก วิธีปฏิบัติเพื่อให้ได้สมาธินั้นและผลที่ต้องการยังเป็นภพเป็นชาติ เป็นตัณหาอุปาทาน เพราะฉะนั้น จึงมิใช่สัมมาสมาธิในมรรคมีองค์แปด ส่วนสมาธิที่ทรงได้เมื่อเป็นพระกุมารนั้นเป็นสมาธิที่บริสุทธิ์ เพราะในขณะที่เป็นพระกุมารนั้นก็มิได้ทรงมุ่งหวังภพชาติอะไร แต่ว่าในขณะที่กำลังนั่งรอพระราชบิดาทรงประกอบพระราชพิธีนั้นก็เป็นเวลาว่าง และก็น่าจะเพราะวาสนาบารมีที่ได้ทรงบำเพ็ญมาเป็นอันมาก จึงนำให้จิตของพระองค์แม้เป็นพระกุมารคือในส่วนของร่างกายนั้นยังเป็นเด็ก แต่ว่าจิตที่อาศัยอยู่ในร่างกายที่เป็นเด็กนั้นเป็นจิตของพระโพธิสัตว์ซึ่งได้บำเพ็ญพระบารมีมาใกล้ที่จะเต็มเปี่ยม เพราะฉะนั้นจิตที่มีวาสนาบารมีสูงนี้จึงได้เกิดน้อมกำหนดลมหายใจเข้าออก ก็เป็นความกำหนดอย่างบริสุทธิ์ไม่ได้มุ่งหวังอะไร จิตก็สงบอย่างบริสุทธิ์ มีวิตกมีวิจาร มีปีติมีสุข มีเอกัคคตาอันเป็นขั้นปฐมฌาน มีวิตกนั้นก็คือมีความตรึก คือยกจิตขึ้นสู่อารมณ์ คือลมหายใจเข้าออก มีวิจารคือความที่ประคองจิตไว้ในอารมณ์ คือลมหายใจเข้าออกนั้นเพียงอย่างเดียว มีปีติคือความอิ่มใจทราบซ่านทั้งกายทั้งใจ มีสุขคือความสบายกายสบายใจ มีเอกัคคตา ความที่มีอารมณ์เดียวของ

จิต ดั่งนี้ก็เป็นขั้นปฐมฌานที่ทรงได้ เพราะฉะนั้น สมาธิจิตที่ทรงได้นี้จึงเป็นสมาธิที่บริสุทธิ์ เป็นสัมมาสมาธิ มิใช่เพื่อชาติภพอันใดอันหนึ่ง

วิมุตติ นิพพาน

เพราะฉะนั้น ความที่หวลนึกถึงสมาธิจิตที่ทรงได้นี้ จึงเป็นการหวลระลึกถึงสมาธิจิตอันบริสุทธิ์ ไม่ได้มุ่งหวังชาติภพหรืออันใดอันหนึ่งทั้งสิ้น จิตกำหนดลมหายใจเข้าลมหายใจออกก็เป็นสมาธิขึ้นมา เป็นสมาธิอย่างบริสุทธิ์ เพราะฉะนั้น สมาธิอย่างบริสุทธิ์นี้ก็จะพึงเป็นทางอันถูกต้อง ในส่วนกาย วาจา ตลอดจนถึงใจ ก็ได้ทรงมีศีลเป็นภาคพื้นอยู่แล้ว เพราะว่าได้ทรงมีพระเมตตาพระกรุณาเป็นภาคพื้นแห่งพระหฤทัย มีความสำรวมกาย สำรวมวาจา สำรวมใจ ไม่เบียดเบียนใคร ๆ แม้ด้วยความคิด ดั่งนี้ก็เป็นศีลเป็นภาคพื้น เป็นที่ตั้งของกุศลธรรมทั้งหลาย อันกล่าวได้ว่า ทรงได้สัมมาวาจา เจรจาชอบ สัมมากัมมันตะ การงานชอบ สัมมาอาชีวะ เลี้ยงชีพชอบ เพราะว่างดเว้นจากกรรมที่เบียดเบียนใคร ๆ ทางวาจาทางกายทางอาชีพทั้งหมด ดั่งนี้ก็เป็นศีล ก็นับว่าเป็นศีลในองค์มรรค เมื่อได้สมาธิที่เป็นสัมมาสมาธินำ โดยมีสัมมาสติคือความระลึกได้ คือหวลระลึกดังกล่าวได้ เป็นสัมมาสตินำ และก็ได้ทรงจับปฏิบัติทำสมาธิอันบริสุทธิ์นี้โดยอาศัยสติที่ระลึกไปในกาย เวทนา จิต ธรรมอันเป็นกรรมฐาน เพราะฉะนั้น จึงทรงได้สัมมาสติ ได้สัมมาสมาธิขึ้นโดยลำดับอันนับว่าเป็นบาทของปัญญา เมื่อเป็นดั่งนี้ จึงได้เกิดสัมมาสังกัปปะ ความดำริชอบ สัมมาทิฏฐิ ความเห็นชอบ ที่เป็นตัวปัญญาตรัสรู้พระธรรม และก็อาศัยปฏิปทาที่ทรงปฏิบัติมานี้ จึงได้ทรงเปล่งพระพุทธอุทานที่แปลความว่า "ความวิเวกคือความสงบสงัดเป็นสุขแห่งผู้ที่มีความพอใจ ประสบธรรมแล้วเห็นอยู่ ความไม่เบียดเบียน คือความสำรวมระวังในสัตว์ทั้งหลายเป็นสุขในโลก ความสิ้นติดใจยินดี คือความล่วงกามทั้งหลายเสียได้เป็นสุขในโลก ความกำจัดอัสมิมานะคือความสำคัญหมายยึดถือว่าเรามีเราเป็นเสียได้ นี้เป็นบรมสุข คือเป็นสุขอย่างยิ่ง" ดั่งนี้

พระพุทธอุทานที่แปลมานี้ก็เป็นการทรงเปล่งแสดงถึงปฏิปทาที่ได้ทรงดำเนินปฏิบัติจนได้ทรงบรรลุถึงวิมุตติ นิพพาน คือความหลุดพ้นจากกิเลสและกองทุกข์ทั้งสิ้น อันเป็นธรรมที่ไม่มีกิเลสเป็นเครื่องร้อยรัด ไม่มีตัณหาเป็นเครื่องเสียบใจเหมือนอย่างลูกศรที่เป็นเครื่องเสียบให้เกิดทุกข์ทรมานเดือดร้อน ทรงถอนลูกศรคือกิเลสตัณหาเสียได้สิ้นเชิง จิตจึงบรรลุถึงภูมิธรรมอันเป็นที่สิ้นแห่งกิเลสและตัณหาทั้งสิ้น ไม่มีเครื่องเสียบใจทั้งสิ้น อันจะทำให้เกิดความทุกข์เดือดร้อน อันนับว่าได้ทรงบรรลุถึงภูมิธรรมอย่างสูงสุดดังที่ได้ทรงประสงค์ อันเป็นบรมสุขคือเป็นสุขอย่างยิ่ง สิ้นกิเลสและกองทุกข์ด้วยประการทั้งปวง เพราะฉะนั้น จึงได้ทรงแสดงธรรมที่ได้ทรงบรรลุนี้ ทั้งในส่วนที่เป็นตัวเหตุ ทั้งในส่วนที่เป็นผล ทั้งเป็นส่วนที่เป็นนิพพาน อันเป็นธรรมที่เหนือ

เหตุผลด้วยประการทั้งปวง แสดงสั่งสอน และในอนัตตลักขณสูตรก็เป็นพระสูตรที่ทรงสั่งสอนเพื่อบรรลุถึงบรมสุขดังที่ปรากฏในพระพุทธอุทานข้อสุดท้ายที่ว่า การกำจัดอัสมิมานะ ความสำคัญหมายยึดถือว่าเรามีเราเป็น เป็นบรมสุขคือเป็นสุขอย่างยิ่ง ดั่งนี้

อัสมิมานะ

อันอัสมิมานะ ความสำคัญหมายยึดถือว่า เรามีเราเป็นนี้ เป็นอุปาทาน คือความยึดถือ ซึ่งเกิดจากตัณหา คือความดิ้นรนทะยานอยากสืบมาจากอวิชชา คือความไม่รู้ในสัจจธรรม ธรรมที่เป็นตัวความจริง หรือว่าเป็นความรู้เหมือนกันแต่เป็นความรู้ที่ไม่จริง ก็เรียกว่าไม่รู้คือไม่รู้จริง เพราะฉะนั้นในขั้นที่จะตัดอัสมิมานะเสียได้ ก็นับว่าเป็นขั้นสูง ในขั้นสามัญที่ยังมีอัสมิมานะ ยังมีความสำคัญหมายยึดถือว่าตัวเราของเราอยู่คือยังมีตัวเราของเราอยู่ แม้เป็นเช่นนั้นพระพุทธเจ้าก็ได้ตรัสสอนว่า ให้รู้จักรักตน ให้รู้จักรักษาตน เพราะเมื่อยังมีอัสมิมานะอยู่อย่างสามัญชนทั่วไป ก็ไม่อาจที่จะเอาอัสมิมานะไปทิ้งเสียที่ไหนได้ เพราะยังไม่สามารถละได้ เมื่อไม่สามารถละได้ อัสมิมานะก็ยังคงอยู่ในจิตใจ ยังมีตัวเรามีของเรา ก็เป็นสามัญชนทั่วไปหรือเป็นโลก ละอัสมิมานะเสียได้นั่นแหละ จึงจะเป็นโลกุตตร หรือว่าอยู่เหนือโลกพ้นโลก แต่เมื่อยังละไม่ได้ ก็ยังคงเป็นโลก แต่แม้เช่นนั้นทางพุทธศาสนาก็สอนให้มีอัตตัญญุตา คือรู้จักตัวรู้จักตน รู้จักรักตน รู้จักรักษาตน เมื่อมีตนอยู่ก็ต้องรู้จักรักตน รู้จักรักษาตน วิธีรักตนรักษาตนนั้น ก็คือต้องเว้นจากทุจริตทางกาย เว้นจากทุจริตทางวาจา เว้นจากทุจริตทางใจ เพราะว่าถ้ายังประพฤติทุจริตทางกาย ทางวาจา ทางใจอยู่ ก็ไม่ชื่อว่ารักตน ไม่ชื่อว่ารักษาตน เพราะความประพฤติที่เป็นทุจริตนั้นนำให้เกิดความทุกข์เดือดร้อน จึงเท่ากับว่าทำตนให้เป็นศัตรูของตนเอง เพราะว่าประพฤติก่อทุกข์ภัยให้เกิดขึ้นแก่ตนเอง ทำให้ตนเองเป็นคนชั่วเป็นคนทราม แม้ว่าจะรักตนจะรักษาตนอย่างไรก็ตาม ก็หาชื่อว่ารักตนรักษาตนไม่ ต่อเมื่อเว้นจากทุจริตทางกายทางวาจาทางใจ และตั้งอยู่ในความสุจริตคือความประพฤติดีทางกาย ทางวาจา ทางใจ ดั่งนี้จึงจะชื่อว่ารักตนรักษาตน เพราะความประพฤติสุจริตหรือเว้นจากทุจริตนั้นย่อมจะนำให้ตนได้รับความสุข นำให้ตนเป็นคนดี ถึงจะไม่คิดว่ารักตนรักษาตนก็ได้ชื่อว่ารักตนรักษาตน นี้เป็นคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าในขั้นโลก

อนัตตลักขณสูตร

เมื่อยังละอัสมิมานะไม่ได้ ยังมีตัวเราของเรา ก็ต้องรู้จักรักษาตัวเราของเราให้เป็นตัวเราของเราที่ดี ที่มีความสุขอยู่ในโลก ดั่งนี้เป็นขั้นที่จะพึงปฏิบัติทั่วไป และยิ่งขึ้นไปกว่านั้น ก็ให้มนสิการก็เพื่อที่จะทำจิตให้ผ่อนคลายตัณหาอุปาทานโดยพิจารณาไตรลักษณ์ ดังในอนัตตลักขณสูตร ก็ยกเอาอนัตตาขึ้นมาเป็นประธาน และก็ตรัสชี้แจงแสดงทั้งในทางที่เป็นอนิจจะ ไม่เที่ยง และทุกขะ

เป็นทุกข์ ตั้งอยู่คงที่ไม่ได้ต้องแปรปรวนเปลี่ยนแปลงไป

ความที่มาตั้งใจพิจารณาดั่งนี้ จะทำให้ได้ปัญญา คือ ความรู้ ความเห็นในสัจจะที่เป็นตัวความจริง ว่าอันที่จริงนั้นที่ตั้งของอัสมิมานะ คือขันธ์ห้า หรือว่านามรูป เป็นอนิจจะ เป็นทุกขะ เป็นอนัตตา ฉะนั้น จึงมิใช่เป็นตัวเราของเราที่แท้จริงเลย ความรู้ดั่งนี้แม้ว่าในเบื้องต้นจะเป็นสัญญา คือความกำหนดหมายหรือความจำตามที่พระพุทธเจ้าได้ทรงสั่งสอน แต่เมื่อได้พิจารณาบ่อย ๆ ลักษณะแห่งขันธ์ห้าหรือว่าแห่งนามรูปย่อมจะบอกตัวเองว่า อันที่จริงนั้นข้าพเจ้าเป็นอนิจจะ คือว่าไม่เที่ยง เป็นทุกขะ คือเป็นทุกข์ เป็นอนัตตะ คือไม่ใช่อัตตาตัวตน ขันธ์ห้านี้ถ้าพูดได้ ขันธ์ห้านี้ก็จะบอกตัวเองอยู่เสมอว่า ข้าพเจ้าหรือว่าเราเป็นอนิจจะ เป็นทุกขะ เป็นอนัตตา ไม่ใช่เป็นนิจจะ คือเที่ยง สุขะ เป็นสุข อัตตาตัวตน ขันธ์ห้านี้บอกตัวเองอยู่เสมอดั่งนี้ แต่ว่าบุคคลก็ยังไม่ได้ยิน ยังไม่เห็น ก็ด้วยอำนาจของอวิชชา โมหะ ตัณหา อุปาทานที่ยังแรงอยู่ และแม้ว่าจะเห็น จะได้ยินสิ่งที่เรียกว่า เทวทูต คือคนแก่ คนเจ็บ คนตาย หรือความแก่ ความเจ็บ ความตายอยู่โดยรอบ แต่ก็มิได้น้อมนึกเข้ามาพิจารณาว่า แม้ตัวเราก็จะต้องแก่ ต้องเจ็บ ต้องตายเหมือนอย่างนั้น เมื่อเป็นดั่งนี้ จึงเห็นแต่เพียงด้วยตา แต่ว่าไม่ได้เห็นด้วยใจ เทวทูตจึงไม่ปรากฏ

พระโพธิสัตว์ก่อนที่จะเสด็จออกทรงผนวชนั้น ที่แสดงว่าได้ทอดพระเนตรเห็นเทวทูต เมื่อแสดงตามเรื่องที่ท่านว่า เทพดามานิรมิตให้ทรงเห็นคนแก่ คนเจ็บ คนตาย เห็นสมณะ ก็เป็นเรื่องที่ท่านแสดง แต่เมื่อพิจารณาเข้ามาในทางธรรมปฏิบัติ ก็จะได้ความคิดความรู้เข้ามาอีกทางหนึ่งว่า คือทรงเห็นด้วยตาใจ คือตาปัญญา โดยที่น้อมเข้ามาพิจารณาว่า ตัวเราก็จะต้องแก่ ต้องเจ็บ ต้องตาย เหมือนอย่างนั้น เห็นด้วยตาใจ จึงได้บังเกิดธรรมสังเวช คำว่า “ธรรมสังเวช” นั้นตามศัพท์ก็แปลว่า “ความรู้พร้อมในธรรม” สังเวช แปลว่าความรู้พร้อม ความรู้พร้อมนี้หมายความว่าความรับรู้ คือว่าจิตรับรู้ รับรู้ว่าเราก็จะต้องแก่ ต้องเจ็บ ต้องตาย เมื่อจิตรับรู้เข้ามาอย่างนี้ จึงจะเป็นสังเวชหรือเป็นธรรมสังเวช ถ้าจิตยังไม่รับรู้ เห็นคนแก่คนเจ็บคนตายก็เห็นไป จิตไม่ได้รับรู้เข้ามาว่า เราเองก็จะต้องแก่ต้องเจ็บต้องตายเหมือนอย่างนั้น เมื่อรับรู้ความจริงเข้ามาอย่างนี้ ว่าตัวเราก็จะต้องเป็นอย่างนั้น ดั่งนี้จึงจะเป็นตัวธรรมสังเวช ดั่งนี้แหละเป็นเทวทูต เมื่อธรรมสังเวชเกิดขึ้นเมื่อใด ก็เห็นเทวทูตเมื่อนั้น หรือเมื่อเห็นเทวทูตเมื่อใด ก็เกิดธรรมสังเวชเมื่อนั้น อันเป็นอุปการะในการปฏิบัติธรรม ก็จะเกิดอัปปมาทธรรม ธรรมคือความไม่ประมาท ความมัวเมาเลินเล่อเผลอเพลิน

เพราะฉะนั้น การที่ได้มาปรารภพิจารณาไตรลักษณ์และหมั่นรับรู้ในเทวทูตทั้งหลายที่มาบอกอยู่โดยรอบ รับฟังรับเห็นในลักษณะของขันธ์ห้า หรือนามรูปที่ประกาศบอกตัวเองอยู่เสมอว่า ฉันหรือข้าพเจ้าหรือว่าเรา เป็นอนิจจะ เป็นทุกขะ เป็นอนัตตา ไม่ใช่เป็นนิจจะ ไม่ใช่เป็นสุขะ ไม่

ใช่เป็นอัตตา นามรูปหรือขันธ์ห้า ย่อมป่าวประกาศบอกตัวเองเสมออยู่ดังนี้ตลอดเวลา เทวทูตทั้งหลายก็ปรากฏตัวอยู่เสมอดั่งนี้ตลอดเวลา เพราะฉะนั้น ก็หัดที่จะทำตาทิพย์ หูทิพย์ คือว่าให้เห็น ให้ได้ยินเสียงป่าวประกาศบอกลักษณะตัวเองของขันธ์ห้า ของนามรูป ให้เห็นลักษณะของขันธ์ห้า ของนามรูปที่เป็นอนิจจะ ทุกขะ อนัตตา ดั่งนี้อยู่เสมอ ให้ได้ฟังให้ได้เห็นเทวทูตที่มาบอกอยู่เสมอ ให้ตนเองรับรู้อยู่เสมอ ดั่งนี้แล้วจะเป็นประโยชน์ในธรรมปฏิบัติมาก จะสามารถควบคุมตัณหา อุปาทานแม้ที่มีอยู่ แม้จะฟังเทศน์ที่แสดงอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ก็รู้เรื่องดี จิตจะได้รับความสงบ ดั่งนี้แหละเป็นหูทิพย์ตาทิพย์ที่ต้องการ จะเป็นประโยชน์จริง ๆ

๕ กรกฎาคม ๒๕๒๓

ครั้งที่ ๑๑ ไตรลักษณ์ (ต่อ)

เอกัคคตา

อันสมาธินั้นคือความที่ตั้งจิตไว้ในกรรมฐาน คืออารมณ์ของสมาธิข้อใดข้อหนึ่งเพื่อให้จิตเป็นเอกัคคตา ที่แปลตามศัพท์ว่า มีอัค คือยอดเป็นอันเดียว ที่แปลกันโดยความหมายทั่วไปว่า มีอารมณ์เป็นอันเดียว เพราะคำว่ามียอดเป็นอันเดียว หรือว่ามียอดเดียวก็หมายถึงมีอารมณ์เดียวนั้นเอง เมื่อจิตมียอดเพียงยอดเดียว คือมีอารมณ์เดียวดังนี้ ก็ชื่อว่าได้สมาธิ ในการปฏิบัติเพื่อให้ได้สมาธินี้ ก็มุ่งปฏิบัติเพียงเพื่อให้จิตสงบจากอารมณ์ฟุ้งซ่านต่าง ๆ รวมใจเข้ามาได้ แม้ว่าไม่นานและไม่แนบแน่น แต่ก็มุ่งให้ใจสงบได้ไม่ฟุ้งซ่าน ดั่งนี้ ก็ชื่อว่าเป็นสมาธิที่เป็นขณิกสมาธิ สมาธิชั่วขณะหรือชั่วครู่ บริกรรมสมาธิ สมาธิในบริกรรมคือในการเริ่มปฏิบัติ หรืออุปจารสมาธิ สมาธิที่สงบมากเข้า แต่ไม่ถึงแนบแน่น และตั้งอยู่ได้นาน ที่มักจะแปลกันว่า สมาธิเฉียด ๆ คือว่าเฉียดที่จะเป็นอัปปนา แนบแน่น ถ้าต้องการสมาธิเพียงเพื่อเป็นบาทของวิปัสสนา คือการอบรมพิจารณาให้ได้ปัญญารู้แจ้งเห็นจริงต่อไปก็ใช้ได้ คือน้อมจิตที่สงบแม้ดังกล่าวนี้ไปพิจารณาสภาวธรรมโดยสามัญลักษณะ ก็เป็นทางวิปัสสนาปัญญา หรือว่ายังไม่ต้องการที่จะไปพิจารณาทางปัญญาต้องการที่จะทำสมาธิให้แนบแน่นยิ่งขึ้นไปก็ทำได้ โดยกำหนดทำจิตให้ตั้งอยู่ในอารมณ์ของสมาธิให้มียอดเป็นอันเดียวคือมีอารมณ์เป็นอันเดียวขั้นต่อไป เพื่อได้อัปปนาสมาธิ สมาธิที่แนบแน่นจนถึงเข้าขั้นปฐมฌาน คือ ความเพ่งที่ ๑ เป็นต้น ดั่งนี้ก็ทำได้ แต่แม้ว่าจะได้ถึงอัปปนาสมาธิเข้าขั้นฌาน ถ้าเพียงสมาธิอย่างเดียวก็ไม่ทำให้ได้ปัญญา และถ้าไปติดในสมาธิ เช่นติดในฌาน ติดในอัปปนาสมาธิ สมาธินี้ก็จะกลายเป็นสมุทัย คือเป็นตัณหา เป็นอุปาทาน ไม่เป็นมรรคคือทางปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ และแม้ว่าจะได้อัปปนาสมาธิได้ฌาน และเจริญอิทธิบาทเพื่อให้เกิดอำนาจจิตต่าง ๆ ดังที่เรียกว่า เป็นอิทธิ คือเป็นฤทธิ์ต่าง ๆ เป็นหูทิพย์เป็นตาทิพย์เป็นต้น แต่ว่าถ้าไปติดในอิทธิหรือฤทธิ์ต่าง ๆ ดังกล่าวนี้ ก็จะกลายเป็นสมุทัย เป็นตัณหา เป็นอุปาทานไปอีกเช่นเดียวกัน ไม่นำไปสู่ความสิ้นทุกข์โดยชอบ เพราะสมาธิดังกล่าวนี้ก็จะไม่เป็นมรรคอันเป็นทางปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์

ฉะนั้น แม้ได้สมาธิอย่างสูงเป็นอัปปนา หรือเป็นฌานชั้นใดก็ตาม เมื่อจะปฏิบัติเพื่อให้บรรลุถึงความสิ้นทุกข์ เป็นวิมุตติเป็นมรรคเป็นผลต่อไป ก็จำต้องน้อมจิตที่เป็นสมาธิ คือที่สงบตั้งมั่นนี้มาพิจารณาสภาวธรรมโดยสามัญลักษณะ ดังที่ได้แสดงแล้วว่า ใช้สมาธิกำหนดให้เห็นเทวทูตให้มาเป็นหูทิพย์ตาทิพย์เห็นเทวทูตดังที่พระพุทธเจ้าได้ทอดพระเนตรเห็นเมื่อเป็นพระโพธิสัตว์ที่ว่าเทวดามานิรมิตคนแก่ คนเจ็บ คนตาย และสมณะให้ทรงเห็นนั้น และเมื่อจะแสดงธรรมปฏิบัติ

อันเทวดานั้นเป็นกายทิพย์ การที่จะเห็นกายทิพย์ ก็ต้องเห็นด้วยตาทิพย์หูทิพย์ เพราะฉะนั้นการที่จะเห็นเทวทูต ก็จะต้องเห็นด้วยตาทิพย์ ฟังหรือได้ยินด้วยหูทิพย์ เพราะว่าเทวทูตนั้นก็เป็นกายทิพย์เหมือนกัน แต่ว่าสำหรับทางปัญญานี้ เทวทูตคือคนแก่ คนเจ็บ คนตาย สมณะเป็นต้น ซึ่งเป็นสัจจะคือความจริงของชีวิต ของสังขารของธรรมปฏิบัติ เป็นวิสัยของปัญญา เพราะฉะนั้นตาทิพย์หูทิพย์ทางปัญญานี้จึงเกิดจากปัญญา และปัญญานี้ก็เกิดอยู่ที่จิต ปัญญาจึงเป็นตาของจิตหรือว่าตาใจ หูใจ ตาใจหูใจที่เป็นตัวปัญญานี้ก็เห็นได้ ได้ยินได้ เป็นหูทิพย์ตาทิพย์ แต่ว่าเห็นสิ่งที่เป็นวิสัยของปัญญา เช่นเทวทูตดังกล่าวนี้ และก็เป็นวิสัยของทุก ๆ คนผู้ปฏิบัติธรรมจะอบรมให้เห็นได้ให้ได้ยินได้ โดยที่หมั่นพินิจพิจารณา ซึ่งความพินิจนั้นก็คือความเพ่ง

อารัมมณูปนิชฌาน

ความเพ่งนั้นตามศัพท์ ก็คือ ฌาน และฌานที่เข้าใจกันเป็นฌานทางสมาธิ แต่อันที่จริงฌานทางปัญญาก็มี ฌานทางสมาธินั้นเรียกว่า อารัมมณูปนิชฌาน ความเข้าไปเพ่งอารมณ์ คือเพ่งอารมณ์ของสมาธิ ดังนี้เรียกว่า อารัมมณูปนิชฌาน จิตต้องเพ่งพินิจในอารมณ์ของสมาธิจึงจะได้เอกัคคตาของจิตที่เป็นตัวสมาธิ

ลักขณูปนิชฌาน

อีกอย่างหนึ่งเพ่งลักษณะ ก็คือเพ่งไตรลักษณ์นั้นเอง การเพ่งลักษณะดังนี้เรียกว่า ลักขณูปณิช–ฌาน ความเข้าไปเพ่งลักษณะคือเพ่งไตรลักษณ์ เพราะฉะนั้น แม้การหัดทำสมาธิจะได้สมาธิเป็นขณิก หรืออุปจารหรือถึงแม้อัปปนาก็ตาม เมื่อได้สมาธิแล้วก็เป็นการหัดจิตให้สามารถเพ่งได้พินิจได้เป็นอย่างดี มีพละคือพลัง กำลังในการเพ่งพินิจ ยิ่งได้อัปปนาสมาธิก็ยิ่งได้พลังในการเพ่งพินิจได้มาก เพราะฉะนั้นก็ใช้พลังของสมาธิ คือความเพ่งพินิจนี้มาเพ่งลักษณะคือไตรลักษณ์ และเมื่อเป็นดังนี้ ไตรลักษณ์ก็ปรากฏได้ง่าย และเห็นอนิจจตา ความไม่เที่ยง ทุกขตา ความเป็นทุกข์ อนัต–ตตาความเป็นอนัตตาของสภาวธรรมทั้งหลายได้โดยง่าย เมื่อได้สมาธิในชั้นใดชั้นหนึ่งก็ตาม อันจัดเข้าเป็นอารัมมณูปนิชฌาน ก็ให้มาหัดเพ่งพินิจสภาวธรรมโดยสามัญลักษณะ คือเพ่งไตรลักษณ์นี้แหละที่สภาวธรรมทั้งหลาย เมื่อเป็นดังนี้แล้วก็จะได้ปัญญารู้แจ้งเห็นจริงที่เป็นตัววิปัสสนา

วิปัสสนาปัญญา

อันวิปัสสนาปัญญา ปัญญาคือวิปัสสนา รู้แจ้งเห็นจริงหรือว่าเห็นแจ้งรู้จริง ดังที่ได้กล่าวแล้วว่า ก็คือเห็นไตรลักษณ์ที่สภาวธรรม หรือว่าเห็นสภาวธรรมโดยไตรลักษณ์ อันสภาวธรรมนี้ก็แปลว่าธรรมโดยสภาพ อันหมายถึงทุก ๆ สิ่งทุก ๆ อย่างที่เป็นไปตามภาวะของตน คือเป็นไปตามเหตุปัจจัยของตน เมื่อมีเหตุปัจจัยอย่างใดก็บังเกิดผลขึ้นอย่างนั้นตามควรแก่เหตุปัจจัยนั้น เมื่อเหตุปัจจัยเป็นไปอยู่สนับสนุนอยู่ก็เป็นไปอยู่ เมื่อสิ้นเหตุปัจจัยสิ่งนั้น ๆ ก็ดับ ดั่งนี้เรียกว่าสภาวธรรม ธรรมที่เป็นไปตามภาวะคือเหตุปัจจัยของตนเอง ก็ได้แก่ นามรูปหรือขันธ์ห้าหรือที่เรียกง่าย ๆ ว่า กายใจอันนี้ เหล่านี้เป็นสภาวธรรม คือเป็นสิ่งที่เป็นไปตามภาวะของตน ขันธ์ห้า หรือนามรูปหรือกายและใจอันนี้เกิดขึ้นจากเหตุปัจจัย เมื่อแสดงตามหลักพุทธศาสนาโดยย่อก็คือ อวิชชา ตัณหา อุปาทาน กรรม เป็นเหตุปัจจัยให้ก่อเกิดนามรูปหรือขันธ์ห้าหรือกายใจอันนี้ขึ้น และเมื่อก่อเกิดขึ้นมาแล้ว ขันธ์ห้าหรือนามรูปหรือกายใจอันนี้ก็เป็นไปอยู่ดำเนินไปอยู่ตลอดเวลา ที่เหตุปัจจัยนั้น ๆ อุปการะอุปถัมภ์ เมื่อสิ้นเหตุปัจจัยนั้น ๆ ขันธ์ห้าหรือนามรูปหรือกายและใจอันนี้ก็ดับ และนอกจากนี้ขันธ์ห้าหรือนามรูปหรือกายและใจอันนี้ก็ยังต้องเป็นไปตามคติธรรมดา คือความเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไป ซึ่งเป็นธรรมดาของสังขารทั้งหลายอีกส่วนหนึ่งด้วย ดังที่พระพุทธภาษิตตรัสไว้ถึงสังขาร คือสิ่งผสมปรุงแต่งทั้งหลาย ย่อมประกอบด้วยสังขตลักษณะ คือลักษณะที่เป็นของสิ่งผสมปรุงแต่งทั้งหลาย อันได้แก่ ความเกิดขึ้นปรากฏหนึ่ง ความเสื่อมสิ้นไปปรากฏหนึ่ง เมื่อยังตั้งอยู่ความแปรปรวนเปลี่ยนแปลงเป็นอย่างอื่นปรากฏอีกหนึ่ง ทั้งสามนี้เป็นสังขตลักษณะ ลักษณะของสิ่งผสมปรุงแต่งทั้งปวง ขันธ์ห้าหรือนามรูปหรือกายใจอันนี้ก็ต้องเป็นไปตามสังขตลักษณะเหล่านี้ด้วย เพราะว่าเป็นสังขารคือเป็นสิ่งผสมปรุงแต่ง เพราะฉะนั้น สภาวธรรม คือขันธ์ห้าหรือนามรูปหรือกายใจอันนี้ชื่อว่าสภาวธรรม ธรรมที่เป็นไปตามภาวะของตนก็ต้องเป็นไปตามสังขตลักษณะทั้งสามนี้ด้วย เพราะว่าสังขตลักษณะทั้งสามนี้เป็นภาวะ คือเป็นความเป็นซึ่งเป็นไปเองตามธรรมดาของสังขาร คือสิ่งผสมปรุงแต่งทั้งปวง เพราะฉะนั้นทุก ๆ อย่างที่เป็นไปตามเหตุปัจจัยของตนและเป็นไปตามธรรมดาที่เป็นสังขตลักษณะดั่งนี้ เรียกว่า สภาวธรรมทั้งนั้น

คราวนี้ในการกำหนดปฏิบัติอบรมวิปัสสนาปัญญา ปัญญาที่เห็นแจ้งรู้จริง ดังที่ได้กล่าวแล้วว่า ก็คือเพ่งพินิจสภาวธรรมโดยไตรลักษณ์ หรือว่าเพ่งพินิจไตรลักษณ์ที่สภาวธรรม เพื่อให้เห็นแจ้งรู้จริง เห็นแจ้งรู้จริงในอะไร ย้ำอีกทีหนึ่งก็คือว่า เห็นแจ้งรู้จริงในที่ตั้งของไตรลักษณ์ก่อน ที่ตั้งของไตรลักษณ์นั้นก็ได้แก่สภาวธรรม ให้รู้จักขันธ์ห้า ให้รู้จักนามรูป ให้รู้จักกายและใจอันนี้

เพ่งพินิจดูที่สภาวธรรมคือที่ขันธ์ห้าว่านี่เป็นรูป รูปเป็นอย่างนี้ นี่เป็นเวทนา เวทนาเป็นอย่างนี้ นี่เป็นสัญญา สัญญาเป็นอย่างนี้ นี่เป็นสังขาร สังขารเป็นอย่างนี้ นี่เป็นวิญญาณ วิญญาณเป็นอย่างนี้ เมื่อได้เพ่งพินิจให้รู้จักขันธ์ห้าแต่ละอย่างดังกล่าวมานี้ ก็เรียกว่าได้พบภูมิของวิปัสสนา เพราะว่าขันธ์ห้านี้เองเป็นตัววิปัสสนาภูมิ ภูมิของวิปัสสนา จะได้วิปัสสนาปัญญานั้น จะต้องพบภูมิของวิปัสสนาคือวิปัสสนาภูมิก่อน ถ้าไม่พบวิปัสสนาภูมิแล้ว ก็จะไม่อาจได้วิปัสสนาปัญญา เพราะฉะนั้นผู้ต้องการอบรมทางวิปัสสนาปัญญา จะต้องใช้สมาธิเพ่งพินิจให้รู้จักขันธ์ห้าดังกล่าว เป็นวิปัสสนาภูมิ และเมื่อเห็นวิปัสสนาภูมิแล้ว คือพบวิปัสสนาภูมิแล้ว ก็คือพบขันธ์ห้า พบรูป พบเวทนา พบสัญญา พบสังขาร พบวิญญาณ

ดังที่ได้กล่าวแล้วว่า สภาวธรรมคือขันธ์ห้า ชื่อว่าสภาวธรรมเพราะเป็นไปตามภาวะของตน และการเป็นไปตามภาวะของตนนั้น ก็คือเป็นไปตามเหตุปัจจัยของตนเองอย่างหนึ่ง ตามธรรมดาหรือคติธรรมดาของตนเองอีกอย่างหนึ่ง แต่ว่าในขั้นนี้ต้องการธรรมดาหรือคติธรรมดาก่อน และธรรมดาหรือคติธรรมดาที่สภาวธรรมทั้งหลายจะต้องเป็นไปนั้นก็คือ สังขตลักษณะดังกล่าวสามข้อข้างต้น ความเกิดขึ้นปรากฏหนึ่ง ความเสื่อมสิ้นไปปรากฏหนึ่ง เมื่อยังตั้งอยู่ความแปรปรวนเปลี่ยนแปลงเป็นอีกอย่างหนึ่งปรากฏอีกหนึ่ง มีลักษณะทั้งสามอย่างนี้ปรากฏ เพราะฉะนั้นต้องกำหนดคำว่าปรากฏ เพราะเหตุว่าบรรดาสังขารสิ่งผสมปรุงแต่งทั้งหลายในที่นี้ยกเอาขันธ์ห้าขึ้นมาเป็นประธาน มีความเกิดขึ้นปรากฏ มีความเสื่อมสิ้นไปปรากฏ เมื่อยังตั้งอยู่มีความแปรปรวนเปลี่ยนแปลงเป็นอย่างอื่นปรากฏ เพราะเป็นสิ่งที่ปรากฏนี้เองจึงอาจเพ่งพินิจเห็นได้ ถ้าไม่ปรากฏก็เห็นไม่ได้ อันนี้แหละเป็นสิ่งสำคัญ เพราะฉะนั้น จึงได้กล่าวว่าบรรดาสภาวธรรมทั้งหลายเหล่านี้เป่าประกาศตัวเองอยู่ แสดงตัวเองอยู่ทุกขณะว่า เราหรือข้าพเจ้าไม่เที่ยง เราหรือข้าพเจ้าเป็นทุกข์ เราหรือข้าพเจ้าเป็นอนัตตา เป็นสิ่งที่ปรากฏในเมื่อจิตเป็นสมาธิ และเพ่งพินิจให้รู้จักวิปัสสนาภูมิเสียก่อนแล้ว ลักษณะต่าง ๆ เหล่านี้ซึ่งรวมเข้าเป็นไตรลักษณ์ก็จะปรากฏเอง ปรากฏง่าย ปรากฏไม่ยาก จะมองเห็นจะได้ยินเป็นหูทิพย์ตาทิพย์ในเทวทูต ดั่งนี้แหละจึงจะเป็นวิปัสสนาขึ้นมา เป็นความรู้แจ้งเห็นจริงขึ้นมา หูทิพย์ตาทิพย์ที่กล่าวมานี้เป็นประโยชน์มาก นำให้สิ้นทุกข์ได้ ขัดเกลากิเลสได้ ดับกิเลสและกองทุกข์ทั้งปวงได้

๖ กรกฎาคม ๒๕๒๓

ครั้งที่ ๑๒ ไตรลักษณ์ (ต่อ)

ธาตุและธรรม

ปัญญาในธรรมนั้นก็มุ่งธรรมที่เป็นธรรมฐิติ ธรรมนิยาม คือธรรมที่ตั้งอยู่ ธรรมที่มีนิยาม คือความกำหนดแน่ อันธรรมที่ตั้งอยู่ที่มีความกำหนดแน่นี้เป็นอกาลิโก ไม่ประกอบด้วยกาลเวลา เป็นสัจจะคือความจริงที่ตั้งอยู่ดำรงอยู่และมีความกำหนดแน่อยู่ทุกกาลสมัย พระพุทธเจ้าจะทรงอุบัติขึ้นหรือไม่ทรงอุบัติขึ้นในโลก ธรรมที่เป็นธรรมฐิติ ธรรมนิยามนี้ก็คงตั้งอยู่คงมีความกำหนดแน่อยู่ไม่เปลี่ยนแปลง และก็ใช้อีกคำหนึ่งว่าธาตุ คำว่าธาตุและคำว่าธรรมนี้ในที่นี้ก็ใช้หมายความเป็นอันเดียวกัน ธาตุก็แปลว่าตั้งอยู่ดำรงอยู่ คำว่าธรรมเองก็แปลว่าตั้งอยู่ดำรงอยู่ แต่ว่าเพื่อกระชับความให้แน่นเข้าให้เป็นที่เข้าใจ จึงได้เพิ่มคำว่าตั้งอยู่เข้ามาอีกคำหนึ่ง ว่าธาตุนั้นตั้งอยู่เป็นธรรมฐิติ ความตั้งอยู่ของธรรม คือธรรมตั้งอยู่ เป็นธรรมนิยาม ความกำหนดแน่ของธรรม คือธรรมมีนิยาม คือความกำหนดแน่นอน ข้อนี้ได้มีแสดงไว้ในธรรมนิยามสูตรที่แปลความว่า "พระตถาคตพุทธเจ้าจะทรงอุบัติขึ้นหรือไม่ทรงอุบัติขึ้นก็ตาม ธาตุนั้นก็ตั้งอยู่เป็นธรรมฐิติเป็นธรรมนิยาม คือความตั้งอยู่ของธรรม ความกำหนดแน่ของธรรม ตั้งอยู่อย่างไร กำหนดแน่อย่างไร ก็คือตั้งอยู่กำหนดแน่นอนอยู่ว่า

สพฺเพ สงฺขารา อนิจฺจา สังขารทั้งปวงไม่เที่ยง
สพฺเพ สงฺขารา ทุกฺขา สังขารทั้งปวงเป็นทุกข์
สพฺเพ ธมฺมา อนตฺตา ธรรมทั้งปวงเป็นอนัตตา มิใช่อัตตาตัวตน

ดั่งนี้ พระตถาคตพุทธเจ้าได้ตรัสรู้ธาตุนั้น คือได้ตรัสรู้ธรรมฐิติ ธรรมนิยามดังกล่าว แล้วก็ได้ทรงบอก ได้ทรงแสดง ทรงบัญญัติ ทรงกำหนด ได้ทรงเปิดเผย ทรงจำแนก ได้ทรงกระทำให้ตื้น สั่งสอนให้บุคคลทั้งปวงได้ทราบ ว่าสังขารทั้งปวงไม่เที่ยง สังขารทั้งปวงเป็นทุกข์ ธรรมทั้งปวงเป็นอนัตตา" เพราะฉะนั้น ข้อที่เป็นธรรมฐิติ ธรรมนิยามนั้นจึงเป็นธรรมที่ตั้งอยู่ที่กำหนดแน่อยู่ เป็นอกาลิโก ไม่ประกอบด้วยกาลเวลา เป็นสัจจะคือความจริงที่ตั้งอยู่กำหนดแน่นอนทุกกาลสมัย

ธรรมฐิติ

ข้อที่ว่าธาตุนั้นตั้งอยู่เป็นธรรมฐิติ ความตั้งอยู่ของธรรมคือธรรมตั้งอยู่นั้น ก็มีความหมายว่าตั้งอยู่ดำรงอยู่โดยเป็นสัจจะคือความจริงที่ตั้งอยู่ดำรงอยู่ ไม่มีที่จะดับหายเปลี่ยนแปลง คงตั้งอยู่ดำรงอยู่อย่างนั้น ดั่งนี้ เป็นความหมายของคำว่าธาตุนั้นตั้งอยู่เป็นธรรมฐิติ ความตั้งอยู่ของธรรมคือธรรมตั้งอยู่

ธรรมนิยาม

คราวนี้ถ้าหากว่าตั้งอยู่ดำรงอยู่แต่ไม่มีนิยามคือความกำหนดแน่หรือว่าเครื่องกำหนดแน่อันทำให้สามารถกำหนดรู้ได้หรือทำให้นิยามได้ ก็จะไม่มีใครสามารถจะรู้ได้จะเข้าใจได้ แต่เพราะธรรมที่ตั้งอยู่นั้นมีนิยามคือความกำหนดหรือเครื่องกำหนดที่ทำให้นิยามได้กำหนดได้ จึงสามารถที่จะรู้ได้ สามารถที่จะเข้าใจได้ว่า สังขารทั้งปวงไม่เที่ยง สังขารทั้งปวงเป็นทุกข์ ธรรมทั้งปวงเป็นอนัตตา ฉะนั้นจึงมีคำว่าธรรมนิยามคู่เข้ามาอีกคำหนึ่งกับคำว่าธรรมฐิติ ความตั้งอยู่ของธรรมคู่กันว่าธาตุนั้นตั้งอยู่เป็นธรรมฐิติ ธรรมนิยาม คือเป็นธรรมที่ตั้งอยู่เป็นธรรมที่นิยามได้ ที่กำหนดแน่ลงไปได้ เพราะฉะนั้นพระพุทธเจ้าจึงตรัสรู้ได้ และเมื่อทรงตรัสรู้แล้วก็ทรงแสดงสั่งสอนจำแนกธรรมกระทำให้ตื้น ให้เวไนยนิกรคือหมู่แห่งชนที่พึงแนะนำได้รู้ตามพระองค์ได้

ลักษณะสาม

อันคำว่า ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตานั้น เมื่อมุ่งถึงภาวะที่ไม่เที่ยง ภาวะที่เป็นทุกข์ภาวะที่เป็นอนัตตา ก็เรียกว่า อนิจจตา ความไม่เที่ยง ทุกขตา ความเป็นทุกข์ อนัตตตา ความเป็นอนัตตา มิใช่อัตตาตัวตน นี้เป็นภาวะ และภาวะทั้งสามนี้ย่อมมีนิยามคือเครื่องกำหนดหรือความกำหนดแน่ลงไปสำหรับที่จะให้รู้ได้โดยทางไหน คือจะนิยามได้โดยทางไหน จะกำหนดแน่ได้โดยทางไหนว่า สังขารทั้งปวงไม่เที่ยง สังขารทั้งปวงเป็นทุกข์ ธรรมทั้งปวงเป็นอนัตตา ก็นิยามได้กำหนดได้โดยลักษณะคือเครื่องกำหนด เพราะฉะนั้น เมื่อว่าโดยลักษณะก็มีสามคืออนิจจลักษณะหรืออนิจจลักขณะ ลักษณะคือเครื่องกำหนดหมายว่าไม่เที่ยง ทุกขลักษณะหรือทุกขลักขณะ เครื่องกำหนดหมายว่าเป็นทุกข์ อนัตตลักษณะหรืออนัตตลักขณะ เครื่องกำหนดหมายว่าเป็นอนัตตามิใช่ตัวตน ดังที่เรียกกันคุ้นหูว่าไตรลักษณ์ อันแปลว่าลักขณะสามหรือลักษณะทั้งสาม

สามัญลักษณะและสังขตลักษณะ

ลักษณะทั้งสามนี้เป็นลักษณะที่ทั่วไปแก่สังขารทั้งปวง เพราะฉะนั้น จึงเรียกอีกคำหนึ่งว่าสามัญลักษณะ ลักษณะที่เป็นสามัญคือทั่วไปแก่สังขารทั้งปวง คำว่าสังขารนั้นได้แก่สิ่งผสมปรุงแต่งทั้งหลาย คือว่าทุก ๆ สิ่งทุก ๆ อย่างที่เป็นสิ่งผสมปรุงแต่งขึ้นมา และย่อมมีลักษณะทั่วไปอีกอย่างหนึ่งอันเรียกว่าสังขตลักษณะ คือลักษณะที่ทั่วไปแห่งสังขตะ คือสิ่งผสมปรุงแต่งทั้งปวง ดังที่มีแสดงไว้ว่า **อุปปาโท ปัญฺญายติ** ความเกิดขึ้นปรากฏ **วโย ปัญฺญายติ** ความเสื่อมสิ้นไปปรากฏ **ฐิตสฺส อญฺญถตฺตํ ปัญฺญายติ** เมื่อยังตั้งอยู่ ความแปรปรวนเปลี่ยนแปลงเป็นอย่างอื่นปรากฏ ดังนี้

ตามที่ยกพระบาลีมาแสดงไว้นี้ ก็ได้คำเพิ่มขึ้นมาอีกอย่างหนึ่งว่า สังขตะ คำว่าสังขตะนี้หมายถึงสิ่งผสมปรุงแต่ง จึงมีความหมายอย่างเดียวกับคำว่าสังขาร เรียกว่าสังขตะก็ได้ เรียกว่าสังขารก็ได้ ก็หมายถึงสิ่งผสมปรุงแต่งเช่นเดียวกัน บรรดาสังขตะหรือสังขารทั้งหลายย่อมมีลักษณะที่ปรากฏคือ เกิด เสื่อม กับเมื่อตั้งอยู่ก็แปรปรวนเปลี่ยนแปลง ยกตัวอย่างเช่น ร่างกายนี้ก็เป็นสังขาร หรือเป็นสังขตะอย่างหนึ่ง คือเป็นสิ่งผสมปรุงแต่งเพราะประกอบขึ้นด้วยธาตุทั้งหลาย ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ ธาตุลม เป็นรูปขันธ์ กองรูปอันนี้ และก็ประกอบด้วยนามขันธ์ กองนามคือเวทนา ความรู้สึกเป็นสุขเป็นทุกข์หรือเป็นกลาง ๆ ไม่ทุกข์ ไม่สุข สัญญา ความจำได้หมายรู้ สังขาร ความคิดปรุงหรือความปรุงคิด วิญญาณ ความรู้สึกเห็นหรือความรู้สึกได้ยินทางอายตนะทั้งหลาย เหล่านี้ก็เป็นเวทนาขันธ์ กองเวทนา สัญญาขันธ์ กองสัญญา สังขารขันธ์ กองสังขาร วิญญาณขันธ์ กองวิญญาณ ในที่นี้ก็พึงเข้าใจว่ามีคำว่าสังขารซ้ำเข้ามาอีกคือสังขารขันธ์ แต่ว่าสังขารขันธ์ในที่นี้หมายถึงความปรุงแต่งทางใจ คือความปรุงคิดหรือความคิดปรุงเป็นเรื่องเป็นราวต่าง ๆ เท่านั้น ดั่งนี้เป็นสังขารขันธ์ ทั้งหมดนี้ก็เป็นสังขารหรือเป็นสังขตะซึ่งมีความเกิดขึ้นปรากฏเป็นเบื้องต้น คือมีความเกิดขึ้นปรากฏเป็นชาติ คือความเกิด มีวัย คือความเสื่อมสิ้นไปปรากฏ ดังที่ปรากฏเป็นปฐมวัย เป็นมัชฌิมวัย เป็นปัจฉิมวัย จนถึงแตกสลายเป็นมรณะคือความตาย ก็นับเข้าใน วโย ปัญฺญายติ มีวัย คือความเสื่อมสิ้นไปปรากฏและเมื่อยังตั้งอยู่ก็มีความแปรปรวนเปลี่ยนแปลงเป็นอย่างอื่นปรากฏ ดั่งเช่นขันธ์ห้านี้มีความแปรปรวนเปลี่ยนแปลงเป็นลำดับตั้งแต่ชาติคือความเกิดจนถึงมรณะคือความตาย ปรากฏเป็นชราคือความแก่ชำรุดทรุดโทรม ดั่งนี้ก็เข้าในข้อว่า เมื่อยังตั้งอยู่มีความแปรปรวนเปลี่ยนแปลงเป็นอย่างอื่นไปปรากฏ แม้ว่าจะจัดเป็นวัย ๆ ดังกล่าวมาข้างต้น ในระหว่างวัยหนึ่ง ๆ ก็มีความแปรปรวนเปลี่ยนแปลงไปปรากฏไม่มีหยุดเปลี่ยนแปลงไปทุกขณะ ดั่งนี้เป็นสังขตลักษณะ คือลักษณะที่ทั่วไปแก่สังขารทั้งปวง ก็เป็นสามัญลักษณะด้วยเหมือนกัน

อนิจจลักษณะ

คราวนี้เมื่อมีลักษณะปรากฏดังนี้ จึงสามารถที่จะกำหนดพิจารณา นิยามลงไปได้ กำหนดลงไปได้ว่าไม่เที่ยง ว่าเป็นทุกข์ ว่าเป็นอนัตตา นิยามลงไปได้ว่าไม่เที่ยงอย่างไร ก็คือว่าเพราะเหตุที่มีความเกิดขึ้นปรากฏ มีวัยคือความเสื่อมสิ้นไปปรากฏ และเมื่อยังตั้งอยู่ มีความแปรปรวนเปลี่ยนแปลงเป็นอย่างอื่นไปปรากฏ จึงนิยามกำหนดลงไปได้ว่าไม่เที่ยง คือไม่ตั้งอยู่ไม่ดำรงอยู่ในที่เดียว หากตั้งอยู่ดำรงอยู่ในที่เดียวจึงจะเรียกว่าเที่ยง แต่เพราะไม่ตั้งอยู่ดำรงอยู่ในที่เดียว ต้องเกิดต้องเสื่อมต้องดับต้องแปรปรวนเปลี่ยนแปลงไป จึงนิยามกำหนดลงไปได้ว่าไม่เที่ยง ไม่เที่ยงอย่างนั้น ไม่เที่ยงอย่างนี้ พิจารณาได้กำหนดได้ เพราะว่าความเกิดความเสื่อมสิ้นไป และความแปร

ปรวนเปลี่ยนแปลงไปเป็นอย่างอื่นนั้นมิได้หลบซ่อนหรือซ่อนเร้น แต่ว่าปรากฏก็คือว่าเปิดเผย อย่างหยาบก็มองเห็นได้ด้วยตา อย่างละเอียดก็พิจารณารู้ได้ด้วยใจ เป็นสิ่งที่ปรากฏไม่ใช่ว่าไม่ปรากฏ เป็นสิ่งปรากฏอยู่บอกตัวเองอยู่ เพราะฉะนั้นจึงนิยามได้กำหนดได้ลงไปว่าไม่เที่ยง ดั่งนี้แหละคืออนิจจตา ความไม่เที่ยงที่กำหนดได้นิยามได้โดยอนิจจลักษณะ ลักษณะที่ไม่เที่ยง ก็คือลักษณะที่เกิด ที่เสื่อมสิ้น ที่แปรปรวนเปลี่ยนแปลงไปนี้เองปรากฏอยู่

ทุกขลักษณะ

คราวนี้สิ่งใดไม่เที่ยง สิ่งนั้นก็เป็นทุกข์คือไม่เป็นสุข ไม่ตั้งอยู่คงที่ต้องแปรปรวนเปลี่ยนแปลงไป อันเรียกว่าเป็นวิปริณามธรรม เป็นสิ่งที่มีความแปรปรวนเปลี่ยนแปลงไปเป็นธรรมดา ก็คือว่าลักษณะที่มีความเกิดปรากฏ มีวัยคือความเสื่อมสิ้นปรากฏ และเมื่อตั้งอยู่มีความแปรปรวนเปลี่ยนแปลงไปปรากฏนั้นเอง เป็นตัวไม่เที่ยง และสิ่งใดไม่เที่ยงสิ่งนั้นเป็นทุกข์ จึงเป็นตัวทุกข์ด้วย คือเป็นสิ่งที่ไม่เป็นสุข ไม่ตั้งอยู่คงที่ต้องแปรปรวนเปลี่ยนแปลงไป

อันคำว่าสุขนั้นแปลว่าทนได้ง่าย แต่คำว่าทุกข์นั้นแปลว่าทนได้ยาก สิ่งใดที่ทนได้ง่ายเพราะมีความสบายไม่เดือดร้อน นั่นก็เป็นสุข แต่สิ่งใดที่ทนได้ยากไม่สบาย สิ่งนั้นก็เป็นทุกข์ และที่ทนไม่ได้หรือว่าทนได้ยาก โดยความนั้นก็คือว่าทนอยู่ไม่ได้ คือต้องแปรปรวนเปลี่ยนแปลงไป ดั่งนี้ก็เป็นทุกข์ เพราะฉะนั้นจึงนิยามลงไป กำหนดได้ว่าเป็นทุกข์เพราะทนอยู่ได้ยาก คือทนอยู่ไม่ได้ต้องแปรปรวนเปลี่ยนแปลงไปอยู่ทุกขณะ

อนัตตลักษณะ

เมื่อสิ่งใดเป็นทุกข์สิ่งนั้นก็เป็นอนัตตา เพราะเหตุว่าบังคับให้เป็นไปตามปรารถนาไม่ได้ จะบังคับให้เกิดแต่ไม่ให้เสื่อมสิ้นก็บังคับไม่ได้ จะบังคับให้ตั้งอยู่โดยไม่แปรปรวนเปลี่ยนแปลงไปก็ไม่ได้ บังคับให้เป็นไปตามปรารถนาไม่ได้ จึงนิยามลงไปได้ว่า อนัตตามิใช่อัตตาตัวตน เพราะบังคับให้เป็นไปตามปรารถนาไม่ได้ ถ้าเป็นอัตตาตัวตนคือเป็นตัวเราของเราจริงแล้วก็บังคับให้เป็นไปตามปรารถนาได้ แต่นี่บังคับไม่ได้ สังขารทั้งหลายเมื่อเกิดขึ้นก็ต้องเสื่อมสิ้น เมื่อตั้งอยู่ก็ต้องแปรปรวนเปลี่ยนแปลงไปเป็นธรรมดา จะไปบังคับฝืนธรรมดาดั่งนี้มิได้ จึงนิยามลงไปว่าอนัตตามิใช่อัตตาตัวตน

เพราะฉะนั้น จึงสามารถนิยามได้โดยลักษณะที่เป็นสังขตลักษณะดังกล่าวเป็นที่ตั้ง คือความเกิดปรากฏ ความเสื่อมสิ้นปรากฏ เมื่อตั้งอยู่ความแปรปรวนเปลี่ยนแปลงปรากฏ จึงนิยามลงไปโดยลักษณะที่ปรากฏนี้แหละว่าไม่เที่ยง ว่าเป็นทุกข์ ว่าเป็นอนัตตา ดังนี้

พระพุทธเจ้าได้ทรงแสดงอนัตตลักขณสูตร ยกขันธ์ห้าขึ้นเป็นที่ตั้งเป็นวิปัสสนาภูมิ ชี้ให้เห็นอนัตตาขึ้นก่อน แล้วก็ชี้ให้เห็นอนิจจะ ให้เห็นทุกขะ และให้เห็นอนัตตาชัดเจนขึ้นมา ถึงพระสูตรที่สามคือ อาทิตตปริยายสูตร พระพุทธเจ้าได้ทรงยกเอาสิ่งทั้งปวง คืออายตนะภายในภายนอกเป็นต้นมาชี้ว่าเป็นของร้อน ก็มุ่งแสดงทุกขสัจจะ สภาพที่จริงคือทุกข์ หรือไตรลักษณ์ในข้อทุกขลักษณะให้เห็นชัดเจนขึ้นเป็นที่ตั้ง แล้วก็น้อมนำให้เห็นอนิจจลักษณะ อนัตตลักษณะไปด้วยกัน

๑๒ กรกฎาคม ๒๕๒๓

ครั้งที่ ๑๓ ไตรลักษณ์ (ต่อ)

มรรคสมังคี

ศีล สมาธิ ปัญญา ย่อมอบรมอุดหนุนกันและกันให้เป็นไป ศีลอบรมสมาธิ สมาธิอบรมปัญญา ปัญญาอบรมจิตให้วิมุตติหลุดพ้นจากอาสวะทั้งหลายได้ในที่สุด และกล่าวอีกอย่างหนึ่ง ปัญญาอบรมสมาธิ สมาธิอบรมศีล ต่างอบรมอาศัยกันและกันดังนี้ขึ้นไป เป็นอันว่าผู้ปฏิบัติธรรมพึงปฏิบัติทั้ง ๓ อย่าง ทั้งศีล ทั้งสมาธิ ทั้งปัญญา ทั้งสามนี้เป็นมรรคสมังคี ความพร้อมเพรียงกันของมรรค จึงอบรมจิตให้บรรลุวิมุตติได้ในที่สุด ปัญญาอบรมจิตนั้น ก็อบรมจิตให้บริสุทธิ์จากกิเลสเครื่องเศร้าหมองทั้งหลาย เพราะปัญญาเห็นธรรมที่เป็นสัจจะอันมีอยู่ในจิตนั้นเอง ก็ชำระจิตให้บริสุทธิ์ จิตจึงจะบรรลุถึงความหลุดพ้นที่เป็นวิมุตติ ตามภูมิตามชั้นขึ้นไป ปัญญาที่เห็นธรรมนี้จะกล่าวว่าเห็นธรรมฐิติ ธรรมนิยาม ว่าสังขารทั้งปวงไม่เที่ยง สังขารทั้งปวงเป็นทุกข์ ธรรมทั้งปวงเป็นอนัตตา ดั่งนี้ก็ได้ จะกล่าวว่าเห็นอริยสัจจ์ทั้งสี่ก็ได้เหมือนกัน เพราะเมื่อเห็นอย่างใดอย่างหนึ่งก็เป็นอันว่า ได้เห็นธรรมฐิติ ธรรมนิยาม และก็เห็นอริยสัจจ์ด้วย

อริยสัจจะ

อริยสัจจะนั้นก็แปลกันว่า สัจจะที่ทำผู้รู้ให้เป็นอริยะหรือสัจจะที่เป็นอริยะคือประเสริฐ หรือว่าสัจจะของผู้เป็นอริยะ โดยความจึงต่างจากสามัญสัจจะ หรือโลกิยสัจจะ เพราะอริยสัจจะนั้นก็กล่าวได้ว่าเป็นโลกุตตรสัจจะ แต่ทั้งนี้ก็มิได้หมายความว่า ไม่เป็นฐานะที่โลกิยชนหรือสามัญชนทั่วไปพึงรู้ เพราะโดยที่แท้แล้วก็เป็นธรรมที่โลกิยชนหรือสามัญชนทั่วไปพึงรู้นั้นเอง และเมื่อรู้ผู้รู้ก็เลื่อนฐานะขึ้นเป็นอริยชน อริยชนในพุทธศาสนานั้นหมายถึง ท่านผู้เป็นพระโสดาบัน พระสกทาคามี พระอนาคามี พระอรหันต์ หรือกล่าวอีกอย่างหนึ่ง หมายถึงพระอริยบุคคลแปด คือท่านผู้ตั้งอยู่ในโสดาปัตติมรรค ท่านผู้ตั้งอยู่ในโสดาปัตติผล ท่านผู้ตั้งอยู่ในสกทาคามิมรรค ท่านผู้ตั้งอยู่ในสกทาคามิผล ท่านผู้ตั้งอยู่ในอรหัตตมรรค ท่านผู้ตั้งอยู่ในอรหัตตผล ก็เป็นแปดจำพวก เจ็ดจำพวกข้างต้นเป็นเสขบุคคล ส่วนจำพวกที่แปดเป็นอเสขบุคคล

ท่านแสดงว่า ความตั้งอยู่ในมรรคและผลของพระอริยบุคคลในทุกชั้นนั้นมีอยู่ชั่วขณะจิตเล็กน้อยเท่านั้น แล้วท่านก็เป็นพระโสดาบัน พระสกทาคามี พระอนาคามี พระอรหันต์ กล่าวง่าย ๆ ก็จะมีอยู่สี่จำพวกดั่งนี้ กำหนดด้วยการละ สังโยชน์ทั้งสิบ ท่านผู้ละสังโยชน์เบื้องต้นได้สาม คือ ละสักกายทิฏฐิ ความเห็นยึดถือว่ากายของตน ละวิจิกิจฉา ความเคลือบแคลงสงสัยในพระรัตนตรัยเป็นต้น สีลัพพตปรามาส ความยึดถือศีลและวัตรหรือเรียกว่าลูบคลำศีลและวัตร ก็เป็นพระโสดาบัน ท่านผู้ละสังโยชน์ทั้งสามนี้ได้ และทำราคะ โทสะ โมหะ ให้เบาบางลงยิ่งขึ้นไปกว่า

ก็เป็นพระสกทาคามี ท่านผู้ละสังโยชน์เบื้องต่ำได้ทั้งห้า คือเพิ่มกามระคะ ความติดใจยินดีในกามปฏิฆะหรือพยาบาท ก็เป็นพระอนาคามี ท่านผู้ละสัง โยชน์เบื้องบนได้อีกห้าก็เป็นพระอรหันต์ จึงกำหนดด้วยการละสังโยชน์ได้เด็ดขาดดั่งนี้ และในการปฏิบัติเพื่อละสังโยชน์ตั้งแต่เบื้องต้นก็ต้องปฏิบัติในมรรคมีองค์แปด ซึ่งเป็นมัชฌิมาปฏิปทา ข้อปฏิบัติอันเป็นหนทางกลาง สรุปเข้าก็เป็นศีล สมาธิ ปัญญาดังกล่าวแล้ว เมื่อการปฏิบัติในมรรคมีองค์แปด หรือรวมเข้าในไตรสิกขานั้นเป็นมรรคสมังคีเต็มที่ ก็เป็นโสดาปัตติมรรคขึ้นมา ก็ตัดสัง โยชน์ได้สาม ก็เป็นโสดาปัตติผล ผู้บรรลุก็เป็นพระโสดาบัน เมื่อบำเพ็ญยิ่งขึ้นไปอีก ก็มรรคมีองค์แปด หรือไตรสิกขานั่นแหละจนเป็นสกทาคามิมรรค ก็ตัดสัง โยชน์ทั้งสามนั้นได้และทำราคะ โทสะ โมหะให้เบาบางลง ก็เป็นสกทาคามิผล ท่านผู้บรรลุก็เป็นพระสกทาคามี ก็บำเพ็ญมรรคมีองค์แปดนั้น หรือไตรสิกขาให้ยิ่งขึ้นไป จนเป็นอนาคามิมรรค ก็ตัดสัง โยชน์เบื้องต่ำได้ทั้งห้า ก็เป็นอนาคามิผล ท่านผู้บรรลุก็เป็นพระอนาคามี ก็ปฏิบัติในมรรคมีองค์แปด หรือไตรสิกขา ให้ยิ่งขึ้นไปอีกจนเป็นอรหัตตมรรค ก็ตัดสัง โยชน์ได้ทั้งสิบ ก็เป็นอรหัตตผล ท่านผู้บรรลุก็เป็นพระอรหันต์

พระพุทธเจ้าทรงเป็นพระอรหันต์องค์แรก ซึ่งเป็นผู้ทรงพบทางคือมัชฌิมาปฏิปทา ได้แก่มรรคมีองค์แปด หรือไตรสิกขานั้นด้วยพระองค์เอง ทรงปฏิบัติจนมรรคมีองค์แปด หรือไตรสิกขานั้น เป็นโสดาปัตติมรรค โสดาปัตติผลเป็นต้นขึ้นมา จนถึงอรหัตตมรรค อรหัตตผล ก็ทรงเป็นพระอรหันต์พระองค์แรกในโลก และทรงเป็นพระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้า เพราะเป็นผู้ได้ตรัสรู้โดยชอบด้วยพระองค์เอง จากนั้นก็ได้ทรงแสดงธรรมสั่งสอนพระสาวกซึ่งเป็นผู้สดับคำสั่งสอนได้ปฏิบัติมรรคมีองค์แปดหรือไตรสิกขานั้นจนได้บรรลุถึงมรรคผลขึ้นไปโดยลำดับ ถึงที่สุดก็เป็นพระอรหันตสาวก และได้ชื่อว่าเป็นพระอนุพุทธ คือเป็นพระผู้ที่ตรัสรู้ตามหรือตรัสรู้ภายหลังเพราะมิได้ค้นคว้าพบทางที่เป็นมัชฌิมาปฏิปทานั้นด้วยองค์ท่านเอง แต่อาศัยพระพุทธเจ้าเป็นพระศาสดาคือเป็นผู้สั่งสอนแสดงธรรม เมื่อได้เป็นพระอรหันต์จึงเป็นพระอนุพุทธ ฉะนั้น การปฏิบัติจึงทิ้งหลักไตรสิกขาหรือมรรคมีองค์แปดนี้ไม่ได้ ต้องปฏิบัติไปด้วยกัน และท่านผู้บรรลุมรรคผลตั้งแต่ชั้นต้นขึ้นไปนั้น เดิมก็เป็นสามัญชนหรือปุถุชนอยู่เช่นเดียวกัน

พระพุทธเจ้าทรงแสดงธรรมสั่งสอนก็มุ่งสั่งสอนสามัญชนหรือปุถุชนทั่วไปนี้แหละ ให้ได้รู้ได้เห็นธรรมอันเป็นสัจจธรรมที่พระองค์ได้ตรัสรู้ มิได้หมายความว่าทรงมุ่งสั่งสอนแต่ผู้ที่เป็นพระอริยบุคคลแล้ว แม้อริยสัจจ์สี่ หรือว่าธรรมฐิติ ธรรมนิยาม อันเรียกว่าไตรลักษณ์หรือสามัญลักษณะ ลักษณะที่ทั่วไปแก่สังขารทั้งปวงก็มุ่งแสดงสั่งสอนแก่สามัญชนนี้เองเพื่อให้เกิดปัญญารู้เห็นตามเป็นจริง แต่ปัญญาที่จะรู้เห็นตามเป็นจริงนั้นก็ต้องมีสมาธิและมีศีลอบรมกันมาโดยลำดับให้เป็นมรรคสมังคี คือความพร้อมเพรียงกันของมรรค และปัญญาที่รู้เห็นตามเป็นจริงนั้นก็รู้เห็น

ในธรรมฐิติหรือในธรรมนิยามนั้นเอง เริ่มต้นดังที่นักปฏิบัติธรรมทั้งหลายได้ปฏิบัติกันอยู่ในสมถกรรมฐาน วิปัสสนากรรมฐานนี้เอง ปัญญาที่เห็นสัจจะนับเข้าในวิปัสสนากรรมฐานคือเป็นกรรมฐานที่จะต้องใช้ปัญญาพิจารณา

พหุลานุสาสนี

ว่าถึงไตรลักษณ์ที่แสดงแล้วในข้อที่ว่าด้วยธรรมฐิติ ธรรมนิยามนั้น ในบทที่สวดกันเวลาเช้า ที่เป็นสังเวควัตถุปริกิตนปาฐะ คือปาฐะที่กำหนดแสดงวัตถุคือที่ตั้งแห่งความสังเวช ได้แสดงไว้ว่าพหุลานุสาสนี คือคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าที่ทรงสั่งสอนอยู่เป็นอันมาก ทรงสั่งสอนอยู่บ่อย ๆ นั้น ก็คือทรงสั่งสอนว่า

รูปํ	อนิจฺจํ	รูปไม่เที่ยง
เวทนา	อนิจฺจา	เวทนาไม่เที่ยง
สญฺญา	อนิจฺจา	สัญญาไม่เที่ยง
สงฺขารา	อนิจฺจา	สังขารทั้งหลายไม่เที่ยง
วิญฺญาณํ	อนิจฺจํ	วิญญาณไม่เที่ยง
รูปํ	อนตฺตา	รูปเป็นอนัตตา
เวทนา	อนตฺตา	เวทนาเป็นอนัตตา
สญฺญา	อนตฺตา	สัญญาเป็นอนัตตา
สงฺขารา	อนตฺตา	สังขารทั้งหลายเป็นอนัตตา
วิญฺญาณํ	อนตฺตา	วิญญาณเป็นอนัตตา
สพฺเพ	สงฺขารา อนิจฺจา	สังขารทั้งปวงไม่เที่ยง
สพฺเพ	ธมฺมา อนตฺตา	ธรรมทั้งปวงเป็นอนัตตา ดั่งนี้

จึงมีสองลักษณะโดยที่ทรงสอนให้พิจารณาแยกอัตภาพอันนี้ออกไปเป็นขันธ์ห้า เป็นรูป เป็นเวทนา เป็นสัญญา เป็นสังขาร เป็นวิญญาณ และให้พิจารณาแต่ละประการว่าเป็นอนิจจะ คือไม่เที่ยง เป็นอนัตตา มิใช่อัตตาตัวตน ดั่งนี้ ฉะนั้นในบางที่บางแห่งก็มีแสดงไว้เป็นทวิลักษณะหรือทไวลักษณ์ คือลักษณะสองดั่งนี้ ไม่เป็นไตรลักษณ์ ทั้งนี้มีอธิบายว่า เพราะว่าทุกขลักษณะประการที่สองนี้ย่อมรวมอยู่ในอนิจจลักขณะ ลักษณะที่ไม่เที่ยง

อนิจจลักขณะนั้นดังที่ได้กล่าวแล้วว่า กำหนดได้ที่ความเกิดความดับ สิ่งที่มีความเกิดขึ้นและดับไปเป็นธรรมดา สิ่งนั้นได้ชื่อว่าเป็นอนิจจะคือไม่เที่ยง และเพราะมีความเกิดความดับ ดั่งนี้จึงเป็นทุกข์ คือเป็นสิ่งที่ทนอยู่คงที่ไม่ได้ ต้องถูกความเกิดความดับนั้นบีบคั้นให้แปรปรวนเปลี่ยน

แปลงไปอยู่เสมอ ทุกขลักษณะจึงรวมอยู่ในอนิจจลักษณะแล้ว ฉะนั้น เมื่อแสดงโดยย่อจึงแสดงแต่ลักษณะสอง คืออนิจจะ และอนัตตา พหุลานุสาสนี คำสั่งสอนที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงไว้เป็นอันมากให้เราทั้งหลายพึงพิจารณากันไว้เนือง ๆ ว่า รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณเป็นอนิจจะ คือไม่เที่ยง เป็นสิ่งที่มีความเกิดดับเป็นธรรมดา เป็นอนัตตาไม่ใช่อัตตาตัวตน เพราะเป็นสิ่งที่บังคับให้เป็นไปตามปรารถนาไม่ได้ เมื่อบังคับไม่ได้จึงเป็นอนัตตา ไม่ควรที่จะยึดถือว่ารูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณเป็นของเรา เราเป็นรูป เป็นเวทนา เป็นสัญญา เป็นสังขาร เป็นวิญญาณ หรือว่ารูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณเป็นอัตตาตัวตนของเรา

การหมั่นพิจารณาดั่งนี้จะทำให้ทุกขสัจจะ สภาพที่จริงคือทุกข์ปรากฏชัดขึ้นในนิเทศแห่งทุกขสัจจะโดยตรง พระพุทธเจ้าทรงแสดงชี้มาโดยลำดับให้พิจารณาว่า ชาติเป็นทุกข์ ชราเป็นทุกข์ มรณะเป็นทุกข์ ความโศรก ความรัญจวนใจระทมใจ ความไม่สบายกายความไม่สบายใจ ความคับแค้นใจเป็นทุกข์ ความประจวบกับสิ่งที่ไม่เป็นที่รักเป็นทุกข์ ความพลัดพรากจากสิ่งที่เป็นที่รักเป็นทุกข์ ความปรารถนาไม่ได้สมหวังเป็นทุกข์ กล่าวโดยย่อ ขันธ์เป็นที่ยึดถือทั้งห้าประการ คือรูปขันธ์ กองรูป เวทนาขันธ์ กองเวทนา สัญญาขันธ์ กองสัญญา สังขารขันธ์ กองสังขาร วิญญาณขันธ์ กองวิญญาณเป็นทุกข์ ดั่งนี้ เพราะฉะนั้นแสดงโดยสรุปเข้ามาแล้วก็ให้ยกเอาขันธ์ห้านี้แหละขึ้นมาพิจารณา ว่ารูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณเป็นทุกข์ เพราะว่าทุกข์ทั้งหมดนั้นก็ประมวลเข้าในรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณนี้เอง ชาติ ชรา มรณะ ก็รูป เวทนา สัญญา สังขารนี้แหละ เกิด แก่ ตาย ความประจวบ ความพลัดพราก ความปรารถนาไม่ได้สมหวัง ก็รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณนี้แหละที่ประจวบเข้ามา ที่พลัดพรากออกไป และที่ปรารถนาไม่ได้สมหวัง ทุกข์ทั้งปวงจึงรวมเข้ามาอยู่ที่รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณนี้ทั้งนั้น ซึ่งย่อเข้ามาแล้วรูปก็เป็นรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณก็เป็นนาม หรือว่ากายและใจอันนี้เอง ทุกข์ทั้งปวงก็รวมอยู่ที่นามรูปหรือว่ากายและใจอันนี้ทั้งหมด ไม่ใช่ที่ไหน และที่เป็นทุกข์นั้น พิจารณาแยกออกไปโดยเป็นชาติ เป็นชรา เป็นมรณะ เป็นความโศรก เป็นความระทมใจเป็นต้น เป็นความประจวบ เป็นความพลัดพราก เป็นความปรารถนาไม่สมหวังก็ได้ หรือพิจารณาสรุปเข้าเป็นไตรลักษณ์ คืออนิจจลักขณะ ทุกขลักขณะ อนัตตลักขณะ ที่รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณนี้เอง แสดงให้ปรากฏอยู่ว่าไม่เที่ยง เพราะต้องเกิดดับ ต้องเป็นทุกข์ เพราะทนอยู่ไม่ได้ต้องแปรปรวนเปลี่ยนแปลงไป เป็นอนัตตา เพราะบังคับให้เป็นไปตามปรารถนาไม่ได้ ดั่งนี้ก็ได้ หรือพิจารณาย่อเข้ามาเป็นลักษณะสอง คืออนิจจลักษณะ และอนัตตลักษณะ ดังที่กล่าวมาข้างต้นนั้นก็ได้

พิจารณาความเกิดความดับ

สรุปเข้ามาแล้วก็พิจารณาให้เห็นความเกิดดับ ว่ารูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณเกิดดับอยู่เสมอ เกิดดับอยู่ทุกลมหายใจเข้าออก เกิดดับอยู่ทุกขณะจิต แต่อาศัยที่ยังมีสันตติคือความสืบต่อ ยังมีความรวมกันอยู่เป็นก้อนเป็นแท่ง และยังมีความบรรเทาทุกข์ต่าง ๆ เช่นผลัดเปลี่ยนอิริยาบถเป็นต้น เมื่อเป็นดั่งนี้ ความเกิดดับนั้นจึงยังติดต่อกันอยู่ คือเกิดดับ แล้วก็เกิด แล้วก็ดับ แล้วก็เกิด แล้วก็ดับ ถ้าหากว่าเมื่อขันธ์เป็นที่ยึดถือทั้ง ๕ นี้แตกสลาย ธาตุทั้ง ๔ ที่คุมเข้าเป็นกายแตกสลาย จิตที่อาศัยอยู่ในกายก็ต้องจุติ คือเคลื่อนออกไป อยู่ไม่ได้ กายนี้ก็กลายเป็นศพ ไม่มีวิญญาณ ต้องทอดทิ้งอยู่เหมือนอย่างท่อนฟืน ท่อนไม้ ไร้วิญญาณ ไร้ประโยชน์ ดั่งนี้ ความแตกสลายหรือความดับก็ปรากฏเต็มที่ คือความแตกสลายนั้นเอง และความแตกสลายดังกล่าวมานี้หรือกล่าวอีกอย่างหนึ่งความเกิดดับนั้นก็ไม่ได้หมายความว่าเกิดเป็นชาติขึ้นทีแรก และดับเมื่อมรณะมาถึงในที่สุดนั้นเท่านั้น แต่ความเกิดดับย่อมมีอยู่ทุกขณะลมหายใจเข้าออก ทุกขณะจิต ดังจะพึงเห็นได้ว่า คนเราต้องหายใจอยู่ขาดไม่ได้ ถ้าหายใจไม่ออกเสียงเพียงครู่เดียว ชีวิตก็ดับ อันแสดงว่าต้องการลมหายใจ ซึ่งลมหายใจก็ประกอบด้วยธาตุทั้งสี่อย่างละเอียดเข้าไปบำรุงเลี้ยงร่างกายที่สึกหรอไป สิ้นไปเสื่อมไปดับไป ความสึกหรอไปสิ้นไปเสื่อมไปก็มีอยู่ทุกลมหายใจเข้าออกจึงต้องหายใจเข้าไปทดแทนอยู่ทุกลมหายใจเข้าออก เป็นอันว่าต้องเกิดกันอยู่ทุกลมหายใจเข้าออกให้ทันกับความดับ

ทางนามธรรมเองก็มีความเกิดดับอยู่ทุกขณะจิตที่แล่นไปกับอารมณ์ คือเรื่องที่เข้ามาทางทวารทั้งหกนั้น ๆ เกิดดับอยู่ทุกขณะจิตเหมือนกัน พิจารณาให้เห็นความเกิดความดับปรากฏขึ้นชัดดั่งนี้ สัจจะสภาพที่จริงคือทุกข์ทั้งหมดก็จะรวมตัวขึ้นมาให้เห็นปรากฏชัดขึ้น ดังที่ท่านแสดงว่า "ธรรมจักษุได้บังเกิดขึ้นว่า สิ่งใดสิ่งหนึ่งมีความเกิดขึ้นเป็นธรรมดา สิ่งนั้นทั้งหมดมีความดับไปเป็นธรรมดา คือเห็นความเกิดความดับคู่กันไป" และยิ่งพิจารณาจะเห็นความดับนั้นชัดขึ้นมาอยู่เหนือความเกิด เห็นทุกอย่างดับหมด ดั่งนี้ เป็นอันว่า สภาพที่จริงคือทุกข์นั้นปรากฏแก่ผู้พิจารณายิ่งขึ้นไป

๗ มีนาคม ๒๕๒๒

ครั้งที่ ๑๔ พรหมวิหารสี่ข้อเมตตาและกรุณาเจโตวิมุตติ

การปฏิบัติอบรมจิตวิธีหนึ่งก็คือ ปฏิบัติอบรมด้วย "โพชฌงค์" ที่แปลว่า "องค์ของความรู้" คือองคคุณ หรือองคสมบัติของความรู้ ก็ได้แก่การอบรมสติสัมโพชฌงค์ องค์แห่งความรู้พร้อมคือสติ ธรรมวิจยสัมโพชฌงค์ องค์แห่งความรู้พร้อมคือธรรมวิจัย ความเลือกเฟ้นธรรม วิริยสัมโพชฌงค์ องค์แห่งความรู้พร้อมคือวิริยะ ความเพียร ปีติสัมโพชฌงค์ องค์แห่งความรู้พร้อมคือปีติ ความอิ่มใจ ปัสสัทธิสัมโพชฌงค์ องค์แห่งความรู้พร้อมคือความสงบกายสงบจิต สมาธิสัมโพชฌงค์ องค์แห่งความรู้พร้อมคือสมาธิ อุเบกขาสัมโพชฌงค์ องค์แห่งความรู้พร้อมคืออุเบกขา ความเข้าไปเพ่งหรือความเพ่งเข้ามาที่จิตอันเป็นสมาธิ และวิธีปฏิบัติโพชฌงค์นี้ พระพุทธเจ้าได้ทรงแสดงรวมไว้ในหมวดธรรมานุปัสสนาสติปัฏฐานดังในมหาสติปัฏฐานสูตรก็มี แต่โดยทั่วไปทรงแยกไว้โดยเอกเทศต่างหาก มิได้รวมเข้าในสติปัฏฐานทั้งสี่ และแสดงต่อขึ้นไปจากสติปัฏฐานสี่ในทางปฏิบัติอันส่องแสดงว่าเป็นวิธีปฏิบัติทำสติและปัญญาควบคู่กันไป อันพึงใช้ได้ในการปฏิบัติอบรมกรรมฐานทุกข้อ

เจโตวิมุตติ

พระพุทธเจ้าได้ตรัสสอนให้อบรมโพชฌงค์ทั้งเจ็ดข้อนี้ ประกอบไปด้วยเมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา อันเป็นพรหมวิหาร ธรรมเป็นเครื่องอยู่ของพรหมคือผู้ประเสริฐหรือผู้ใหญ่ เป็นอัปปมัญญา เมื่อแผ่ไปในสรรพสัตว์ทุกถ้วนหน้า ไม่มีประมาณ ก็เป็นอันว่าแม้การปฏิบัติอบรมพรหมวิหารทั้งสี่ หรืออัปปมัญญาทั้งสี่ข้อ ก็เป็นอันปฏิบัติโพชฌงค์ทั้งเจ็ดประการนั้นด้วย และการอบรมพรหมวิหารทั้งสี่ หรืออัปปมัญญาทั้งสี่นี้ชื่อว่า เป็นการปฏิบัติเจโตวิมุตติคือความพ้นแห่งใจ เพราะว่าใจนี้ยังประกอบด้วยพยาบาท ราคะสิเน่หาบ้าง ประกอบด้วยวิเหสา ความเบียดเบียนคือความคิดเบียดเบียนและโทมนัสต่าง ๆ บ้าง ยังประกอบด้วยอรติ ความไม่ยินดีด้วยหรือความริษยา และโสมนัสต่าง ๆ ด้วย ยังประกอบด้วยราคะ ปฏิฆะ คือความติดใจยินดี หรือว่าความกระทบกระทั่งไม่พอใจ และความที่เฉยเมยด้วยความไม่เอาใจใส่ ด้วยความไม่รู้บ้าง ใจสามัญย่อมยังข้องเกี่ยวอยู่ด้วยกิเลสเครื่องเศร้าหมองเหล่านี้อย่างใดอย่างหนึ่งหรือหลายอย่าง ก็เพราะว่ายังมีสัง โยชน์คือความผูก ในเมื่อตากับรูปประจวบกัน ก็ยังมีความผูกตากับรูปนั้นไว้ที่จิต เมื่อหูกับเสียงประจวบกัน ก็ยังมีความผูกหูกับเสียงนั้นไว้ที่จิต เมื่อจมูกกับกลิ่นประจวบกัน ก็ยังมีความผูกจมูกกับกลิ่นนั้นไว้ที่จิต เมื่อลิ้นกับรสประจวบกันก็ยังมีความผูกลิ้นกับรสไว้ที่จิต เมื่อกายและสิ่งที่กายถูกต้องประจวบกัน ก็ยังมีความผูกกายและสิ่งที่กายถูกต้องนั้นไว้ที่จิต เมื่อมโนคือใจเองกับธรรมคือเรื่องราวของรูป เสียงเป็นต้นเหล่านั้นประจวบกัน ก็ยังมีความผูกมโนกับธรรมนั้นไว้ที่จิต จิตจึงถูกสิ่งที่ผูกไว้นี้ดึงไป เหมือนกับเกวียนที่ถูกโคทั้งคู่ที่เทียมเกวียนมีเชือกผูกไว้ที่เกวียนกับโค เมื่อโคเดิน

ไปก็ดึงเอาเกวียนไป ฉันใดก็ดี จิตก็ถูกสิ่งที่ผูกนี้ดึงไปด้วยอำนาจของความยินดีบ้าง ด้วยอำนาจของความยินร้ายบ้าง ทั้งนี้ ก็เพราะมีสังโยชน์คือความผูกดังกล่าว จิตจึงถูกผูกไว้ด้วยสิ่งที่ผูกเหล่านี้ จิตก็วิ่งไปคือคิดไปในสิ่งที่ผูกเหล่านี้ ยินดีในส่วนที่ชอบ ยินร้ายในส่วนที่ไม่ชอบ ก็ปรากฏเป็นพยาบาท ราคะสิเน่หา เป็นต้นดังกล่าวแล้ว

เมตตาเจโตวิมุตติ

พระพุทธเจ้าจึงได้ทรงสั่งสอนให้เจริญเมตตา แผ่จิตออกไปด้วยเมตตา คือความมีไมตรีจิตรักสนิทด้วยไมตรีจิต มุ่งดีปรารถนาสุข ทั้งไม่เจือด้วยสิเน่หา ความเยื่อใยผูกพัน การแผ่จิตด้วยเมตตานี้ก็ด้วยอาศัยการคิดแผ่ไปก่อน ว่าถึงเป็นอัปปมัญญา คือไม่มีประมาณ ก็คิดแผ่ไปในสรรพสัตว์ทุกถ้วนหน้า ให้มีความสุขทุกถ้วนหน้าในทิศเบื้องหน้า ในทิศเบื้องขวา ในทิศเบื้องหลัง ในทิศเบื้องซ้าย ในทิศเบื้องบน ในทิศเบื้องล่าง ในทิศขวางโดยรอบ ให้จิตผ่องพ้นจากพยาบาท ความมุ่งร้าย ตลอดจนพ้นจากราคะสิเน่หา ในบุคคล ในสัตว์ทั้งหลายที่แผ่จิตไปนั้น เมื่อจิตปรากฏเป็นเมตตาจิตขึ้นมา หากจะมีพยาบาทหรือราคะสิเน่หาใด ๆ มาก่อน กิเลสเหล่านี้ก็จะหลุดไปจากจิต จึงเป็นเจโตวิมุตติ ความพ้นแห่งใจข้อหนึ่งเรียกว่าเมตตาเจโตวิมุตติ เมื่อเป็นชื่อของธรรมข้อนี้ ก็แปลว่า ธรรมที่ทำให้ได้ความพ้นแห่งใจคือเมตตา

เมตตานี้ตรัสแสดงว่า มีความงามเป็นอย่างยิ่ง คือจะรู้สึกว่างามด้วยความสุขอันบริสุทธิ์ไปทั่วทุกทิศ ทั่วทุกบุคคลสัตว์ทั้งหลาย ไม่ปรากฏความรู้สึกว่าน่าเกลียดน่าชังใด ๆ ทั้งสิ้น ไม่มีความรู้สึกที่เป็นพยาบาทหรือที่เป็นราคะสิเน่หาอันน่าเกลียดน่าชัง ไม่มีรูปพรรณสัณฐานของบุคคลและสัตว์ใด ๆ ที่น่าเกลียดน่าชัง แม้ผู้ที่เคยเกลียดจิ้งจก ตุ๊กแก แต่ว่าเมื่อได้เมตตาเจโตวิมุตติข้อนี้ ก็ย่อมจะรู้สึกว่า จิ้งจกตุ๊กแกก็งามไปหมด ไม่น่าเกลียด ไม่น่าชังอะไร จึงได้ตรัสว่า มีความงามเป็นอย่างยิ่ง คือน่ารักใคร่ไปหมด แต่ว่าเป็นความรักใคร่ที่บริสุทธิ์ไม่เจือด้วยราคะสิเน่หา

กรุณาเจโตวิมุตติ

อนึ่ง ตรัสสอนให้เจริญกรุณา คือแผ่จิตออกไปด้วยกรุณา เป็นความสงสาร ความเอื้ออารีคิดช่วยให้พ้นทุกข์เดือดร้อนต่าง ๆ ว่าถึงอัปปมัญญา ก็แผ่ไปในสัตว์บุคคลทุกถ้วนหน้า และในทิศทั้งหลายทั่วทิศเหมือนอย่างเมตตานั้น เมื่อกรุณาบังเกิดขึ้นในจิต จิตก็จะพ้นไปจากวิเหสา คือความคิดเบียดเบียนต่าง ๆ หรือโทมนัส เช่นความรู้สึกเสียใจเมื่อได้เห็นทุกข์ของคนที่เป็นที่รัก เป็นจิตที่บริสุทธิ์ด้วยกรุณาจึงเป็นเจโตวิมุตติ ความพ้นแห่งใจอีกข้อหนึ่ง เรียกว่ากรุณาเจโตวิมุตติ เมื่อเป็นชื่อของธรรมก็แปลว่า ธรรมที่ทำให้ได้รับความพ้นแห่งใจคือกรุณา และกรุณาดังกล่าวมานี้เมื่อแผ่ให้ละเอียดยิ่งขึ้น ตรัสแสดงไว้ว่า มีอากาศเป็นอย่างยิ่ง คือมีช่องว่างหรือความว่างเป็นอย่าง

ยิ่ง ก็เพราะว่าเมื่อยังไม่ว่าง ยังมีสัตว์บุคคลทั้งหลายอยู่ แม้ว่าผู้อบรมเจริญกรุณาจะไม่มีจิตเบียดเบียนใครและมุ่งช่วยให้พ้นจากความทุกข์ทั้งสิ้น แต่แม้เช่นนั้น สัตว์บุคคลนั้น ๆ ก็ยังเบียดเบียนกันอยู่ ทำให้มีความทุกข์เดือดร้อนต่าง ๆ ที่นั่นบ้างที่นี่บ้าง เพราะผู้ที่ไม่มีกรุณานั้นก็มีอยู่เป็นอันมากในโลกนี้ ผู้ที่มีกรุณาจริง ๆ นั้นมีน้อย สัตว์บุคคลทั้งหลายจึงต่างเบียดเบียนซึ่งกันและกันเป็นอันมาก เกือบจะทั้งโลก และทั้งถ้าไม่มีใครเบียดเบียน สัตว์บุคคลนั้น ๆ เองก็ต้องมีชราทุกข์ พยาธิ-ทุกข์ มรณะทุกข์เบียดเบียน เป็นภัยอันตรายที่พระพุทธเจ้าก็ตรัสเรียกว่า อมาตาปุตติกภัย ภัยที่แม่กับลูกก็ช่วยกันไม่ได้ อันภัยอื่น ๆ นั้นก็อาจจะช่วยกันได้บ้าง ช่วยกันไม่ได้บ้าง เช่นว่าอัคคีภัย อุทกภัย แต่ว่าชราภัย พยาธิภัย มรณะภัยนั้นช่วยกันไม่ได้ ฉะนั้น เมื่อยังมีสัตว์มีบุคคลอยู่ จึงต้องเป็นทุกข์เพราะเบียดเบียนซึ่งกันและกันบ้าง เพราะชราภัย พยาธิภัย มรณะภัยบ้าง เป็นอันว่าต้องเป็นทุกข์เดือดร้อนอยู่นั่นเอง

หัดปฏิบัติสุญญตา

พระพุทธเจ้าได้ทรงสั่งสอนให้หัดปฏิบัติสุญญตา คือความว่าง ทีแรกก็ให้หัดปฏิบัติทำความรู้ที่เป็นสัญญา คือ ความกำหนดหมายว่า ไม่มีสัตว์ไม่มีบุคคล เป็นป่าเขาลำเนาไม้ไปทั้งหมด และต่อจากนั้นก็ให้ทำสัญญาคือความกำหนดหมายว่า แม้ป่าเขาลำเนาไม้ต่าง ๆ ก็ไม่มี มีแต่แผ่นดินราบเป็นหน้ากลองไปทั้งหมด จากนั้นก็ให้หัดทำสัญญาว่า แม้แผ่นดินที่ราบเป็นหน้ากลองนั้นก็ไม่มี มีเป็นอากาศคือช่องว่างไปทั้งหมด คือเป็นความว่างไปโดยรอบในทิศทั้งปวง ไม่มีสัตว์ไม่มีบุคคลบ้านเมืองไม่มีป่าเขาลำเนาไม้ ไม่มีแผ่นดินเป็นอากาศคือความว่างไปทั้งหมด และเมื่อกำหนดอากาศสัญญา ความกำหนดหมายว่าเป็นอากาศคือความว่างไปทั้งหมด ดั่งนี้ ก็ไม่พบอะไรที่จะถูกเบียดเบียนอันจะต้องให้ช่วย เพราะฉะนั้น จึงได้ตรัสไว้ว่า กรุณาเจโตวิมุตตินั้นมีอากาศคือความว่างเป็นที่สุด เป็นอย่างยิ่ง เมื่อถึงขั้นนี้แล้ว ก็เป็นอันว่า สิ้นเขตของกรุณาเจโตวิมุตติ เพราะว่าจะไม่พบอะไรที่ต้องแผ่กรุณาออกไปอีก เมื่อยังมีอะไรที่จะต้องมีทุกข์ ก็จะต้องแผ่กรุณาออกไปอีกนั่นเอง ไม่สิ้นสุดลงไปได้ ในเมื่อปฏิบัติลงไปจนเป็นอากาศ ว่างไปหมดแล้ว ไม่พบอะไรที่จะต้องแผ่เป็นกรุณา ก็เป็นอันว่าสิ้นเขตของกรุณา

การปฏิบัติแผ่เมตตา แผ่กรุณาแม้ดังกล่าวมานี้ ก็เป็นการปฏิบัติอบรมโพชฌงค์ทั้งเจ็ด เพราะว่าจะต้องมีสติ คือความระลึกได้ จะต้องมีธรรมวิจัยคือความเลือกเฟ้นธรรม จะต้องมีวิริยะคือความเพียร และย่อมจะมีปีติคือความอิ่มเอิบใจ มีปัสสัทธิ คือความสงบกายสงบใจ มีสมาธิคือความตั้งใจมั่น มีอุเบกขาคือความเพ่งเข้ามาดูสมาธิจิตนั้นภายใน

๑๒ ธันวาคม ๒๕๒๒

ครั้งที่ ๑๕ มุทิตาและอุเบกขาเจโตวิมุตติ
ทบทวนพรหมวิหารธรรม

ความได้ปัญญาในธรรมนั้นโดยทางหนึ่งต้องอาศัยโพชฌงค์ องค์แห่งความรู้ที่พระพุทธเจ้าได้ทรงแสดงไว้โดยเอกเทศบ้าง รวมอยู่ในหมวดโพธิปักขิยธรรม หรือในหมวดสติปัฏฐานทั้งสี่นี้บ้าง และได้มีพระพุทธภาษิตตรัสแสดงไว้ว่า ใช้ปฏิบัติอบรมกรรมฐานข้ออื่น ๆ ได้อีกด้วย ดังที่ตรัสสอนให้เจริญโพชฌงค์ทั้งเจ็ด ประกอบไปด้วยเมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา คือในการอบรมธรรมทั้งสี่ข้อนี้ โดยเป็นพรหมวิหารธรรม ธรรมเป็นเครื่องอยู่ของพรหมคือผู้ประเสริฐหรือผู้ใหญ่ ซึ่งหมายถึงจิตใจที่เมื่อประกอบด้วยธรรมเหล่านี้ก็เป็นจิตใจขั้นพรหมคือเป็นจิตใจที่ใหญ่ที่ประเสริฐ หรือโดยเป็นอัปปมัญญา คือแผ่ไปในสรรพสัตว์ทุกถ้วนหน้า ไม่มีประมาณ ในการอบรมปฏิบัติธรรมเหล่านี้ก็ใช้โพชฌงค์ทั้งเจ็ดนี้ เป็นหลักในการอบรมนั้นด้วย คือจะต้องมีสติ ความระลึกได้ ระลึกได้ถึงธรรมข้อนี้ คือเมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา ว่าจะพึงอบรมให้มีขึ้นในจิตใจ ปลูกฝังให้มีขึ้นในจิตใจ จะต้องระลึกได้ถึงแนวปฏิบัติซึ่งอาศัยความคิด คือตั้งจิตคิดถึงสัตว์ทั้งหลายทุกถ้วนหน้าในเมื่ออบรมให้เป็นอัปปมัญญา หรือว่าคิดถึงจำเพาะบุคคลหรือสัตว์บุคคลนั้น ๆ เจาะจง ก็จะต้องมีสติคือความระลึกได้ ระลึกได้ถึงสัตว์บุคคลทุกถ้วนหน้า หรือสัตว์บุคคลโดยเฉพาะเจาะจง และจะต้องระลึกได้ว่าต้องนึกให้สัตว์บุคคลนั้น ๆ หรือสัตว์บุคคลทั้งปวงมีความสุข ให้มีจิตปราศจากกิเลสเครื่องเศร้าหมองที่ตรงกันข้าม เหล่านี้ต้องอาศัยสติคือความระลึกได้ทั้งนั้น และก็จะต้องมีธรรมวิจัยคือความเลือกเฟ้นธรรม ในเมื่อกิเลสที่ขัดขวางหรือที่ตรงกันข้ามบังเกิดขึ้นก็ให้รู้ว่านี่เป็นกิเลสที่ขัดขวางหรือตรงกันข้าม ต่อเมื่อเป็นความคิดที่เป็นตัวเมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา ก็ให้รู้ และก็ให้รู้ว่าความคิดเป็นเครื่องนำเมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา เข้ามาสู่จิต ที่จะเป็นเมตตา เป็นกรุณา เป็นมุทิตา เป็นอุเบกขานั้น จะต้องเป็นขึ้นในจิต จิตจะต้องเป็นเมตตา ต้องเป็นกรุณา เป็นมุทิตา เป็นอุเบกขาขึ้น ความคิดจึงเป็นอย่างหนึ่ง ความที่จิตเป็นเมตตาเป็นต้นเป็นอย่างหนึ่ง ต้องมีธรรมวิจัย เลือกเฟ้นธรรม ก็คือว่าให้รู้ธรรมในจิตนี้แหละว่าอะไรเป็นอะไรที่บังเกิดขึ้นเป็นไปอยู่ในจิต ดั่งนี้ก็เป็นธรรมวิจัย และก็จะต้องมีวิริยะคือความเพียรอันหมายถึงว่ามีจิตใจที่กล้าหาญเข้มแข็งไม่ย่อท้ออ่อนแอในอันที่จะละอกุศลที่บังเกิดขึ้นในจิต ก็คือบรรดากิเลสทั้งหลายที่บังเกิดขึ้นในจิตอันขัดขวางต่อเมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา ในอันที่จะอบรมกุศลธรรมให้บังเกิดขึ้นในจิต ก็คือที่จะอบรมจิตให้มีเมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา ให้ธรรมเหล่านี้ซึมทราบอยู่ในจิต ผสมกลมกลืนอยู่ในจิต และเมื่อเป็นดั่งนี้ก็จะมีปีติ คือความอิ่มเอิบ เพราะว่าจิตที่สำรอกอกุศลธรรมออกไปนำกุศลธรรมเข้ามาย่อมเป็นจิตที่สะอาดผ่องใส จึงมีอาการเอิบอิ่มเหมือนอย่างร่างกายที่ได้ดื่มน้ำ ได้บริโภคอาหารที่โอชะสำหรับบำรุงเลี้ยง ร่างกายก็มีความเอิบอิ่ม จิตที่มีธรรมเป็นฝ่าย

กุศลชำแรกเข้าไปตั้งอยู่ และชำระฝ่ายอกุศลออกไป ก็ย่อมเป็นจิตที่ได้ดื่มธรรมเป็นอาหารอันมีโอชะ ทำให้จิตมีความอิ่มเอิบ เมื่อเป็นดั่งนี้ก็จะได้ปัสสัทธิ ความสงบกายสงบใจมีสุข ได้สมาธิคือความตั้งจิตมั่น และได้อุเบกขาคือความเพ่งเข้ามาที่สมาธิจิตนั้น กำหนดสงบดูอยู่ที่สมาธิจิตนั้น สติคือความระลึกได้ ธรรมวิจัยคือความเลือกเฟ้นธรรม วิริยะคือความเพียร ปีติคือความอิ่มเอิบ ปัสสัทธิคือความสงบ สมาธิคือความตั้งจิตมั่น และอุเบกขาคือความเพ่งเข้ามาสงบอยู่ที่สมาธิจิตนั้น ดั่งนี้ก็เป็นโพชฌงค์แต่ละข้อ และเมื่อปฏิบัติโพชฌงค์ทั้งเจ็ดนี้ไปในเมตตาภาวนา กรุณาภาวนา มุทิตาภาวนา อุเบกขาภาวนา ก็ย่อมจะได้เมตตา ได้กรุณา ได้มุทิตา ได้อุเบกขา เป็นพรหมวิหาร หรืออัปปมัญญาทั้งสี่ตั้งอยู่ในจิตใจ

การแผ่เมตตา

ได้แสดงเมตตา กรุณาไปแล้วสองข้อ และในสองข้อที่แสดงแล้วนั้น ได้แสดงเมตตาที่ปฏิบัติใช้สติ คือความระลึกได้ ตั้งต้นแผ่จิตไปด้วยเมตตา ความมีไมตรีจิตคิดรักชักนำให้มีความสุขไปในสรรพสัตว์ทุกถ้วนหน้าในทิศทั้งหลายดังที่ได้แสดงแล้ว และเมื่อคิดแผ่จิตออกไปได้ในสัตว์บุคคลใด ย่อมจะมีความเห็นในสัตว์บุคคลนั้นว่างาม คือไม่น่าเกลียดซึ่งเป็นที่ตั้งแห่งปฏิฆะ โทสะ พยาบาททุกอย่าง และเมื่อได้แผ่ไปโดยไม่เจาะจง ไม่เห็นอะไร คือไม่เห็นสัตว์ บุคคลจำพวกไหนว่าน่าเกลียดน่าชังเป็นที่ตั้งของปฏิฆะ โทสะ พยาบาท คือเห็นว่างาม ไม่น่าเกลียด ไม่น่าชัง ไม่น่ากระทบกระทั่งไปทั่วทั้งหมด ดั่งนี้ก็เรียกว่าได้แผ่เมตตาไปเป็นอัปปมัญญาที่สมบูรณ์ แต่ในการที่จะแผ่ไปให้สมบูรณ์ดั่งนี้ก็อาจเป็นการยากในเบื้องต้น เพราะในเบื้องต้นนั้นเมื่อหัดแผ่ไปโดยเจาะจงเช่นในบุคคลที่เคารพนับถือหรือในบุคคลที่เคารพรักทั้งหลาย แล้วจึงหัดแผ่ไปในบุคคลที่เป็นปานกลาง แล้วจึงหัดแผ่ไปในบุคคลที่ไม่ค่อยชอบใจที่กระทบกระทั่งใจหรือที่เกลียดชัง หรือว่าในศัตรูเมื่อหัดขยายเขตออกไปดั่งนี้โดยลำดับก็ย่อมจะทำได้ จนถึงแผ่ไปในสัตว์บุคคลทุกถ้วนหน้าไม่มีประมาณ เรียกว่าที่เป็นอัปปมัญญา ไม่มีประมาณจริง ๆ นั้น จิตจะไม่มีความรู้สึกแตกต่างว่า นั่นงาม นั่นน่าเกลียด แต่จะรู้สึกว่างดงามโดยมีไมตรีจิตแผ่ไปเสมอกันหมด ดั่งนี้เป็นอัปปมัญญาที่สมบูรณ์ จึงได้มีพระพุทธภาษิตตรัสไว้ว่า "การอบรมโพชฌงค์ทั้งเจ็ดประกอบด้วยเมตตานั้น มีสุภะ คือความงามเป็นอย่างยิ่ง คือเป็นขอบเขตที่สุด....."

การแผ่กรุณา

"...ส่วนในข้อกรุณานั้น ก็คือแผ่จิตออกไปด้วยกรุณาในสัตว์บุคคลทั้งหลายผู้มีความทุกข์ คิดสงสารช่วยให้พ้นทุกข์ ปรารถนาให้พ้นทุกข์นั้น ๆ และวิธีการแผ่ออกไปนั้นก็เช่นเดียวกับเมตตา

เมื่อหัดแผ่ออกไปโดยเจาะจงโดยลำดับจนถึงไม่มีประมาณ ก็แผ่ขยายเขตออกไปได้จนถึงมีอากาศที่ไม่มีที่สุดเป็นอย่างยิ่ง"

เมื่อพิจารณาดูแล้วก็จะพึงเห็นได้ว่า เมื่อยังเป็นสัตว์บุคคลหรือเป็นวัตถุสิ่งใดสิ่งหนึ่งซึ่งเป็นสังขารก็จะต้องมีทุกข์ทั้งนั้น มีทุกข์เพราะถูกเบียดเบียนจากกันและกันบ้าง มีทุกข์เพราะทุกข์ที่เป็นธรรมชาติธรรมดาบ้าง ทุกข์ที่เป็นธรรมชาติธรรมดานั้นก็คือความแก่ เจ็บ ตาย ซึ่งเมื่อเกิดมาแล้วก็ต้องแก่ ต้องเจ็บ ต้องตาย และแม้ว่าจะเป็นสังขารที่ไม่มีใจครองทั้งหลายก็จะต้องมีความที่ต้องแปรปรวนเปลี่ยนแปลงไป และต้องแตกสลายในที่สุด รวมความว่าเมื่อมีเกิดก็ต้องมีแตกมีดับ ซึ่งเป็นทุกข์ที่เป็นธรรมชาติธรรมดา

ฉะนั้น จึงต้องเจริญอบรมกรุณากันเรื่อยไป เพราะมองไปที่ไหน ก็จะต้องพบทุกข์ทั้งนั้น ต้องคิดช่วยให้พ้นทุกข์ทั้งนั้น จนกว่าจะกำหนดจิตให้ไม่มีอะไรทั้งหมด ให้ไม่มีสัตว์ ไม่มีบุคคล ไม่มีบ้านเรือน ไม่มีต้นไม้ภูเขา ไม่มีแม่น้ำ ไม่มีแผ่นดิน เป็นอากาศคือช่องว่างที่ว่างไปทั้งหมด เป็นอากาศคือความว่างหรือช่องว่างที่ไม่มีที่สุด เมื่อเป็นดั่งนี้แหละจึงจะหมดเขตของกรุณา เพราะฉะนั้นจึงได้มีพระพุทธภาษิตตรัสไว้ว่า "ในการเจริญกรุณานั้นที่เป็นอัปปมัญญาก็จะต้องถึงอากาศไม่มีที่สุด คือความว่างหรือช่องว่างไม่มีที่สุดเป็นอย่างยิ่ง"

การแผ่มุทิตา

คราวนี้มาถึงข้อที่สามคือ มุทิตา หัดแผ่จิตออกไปด้วยมุทิตาคือความยินดีเบิกบานในความสุข ความเจริญ ความสำเร็จของผู้อื่น ปราศจากอรติคือความไม่ยินดีด้วยหรือความริษยา กับทั้งระงับความโสมนัสคือความพลอยยินดีที่เป็นตัวความโสมนัสอันทำให้จิตใจพลอยกระหยิ่มอยากจะได้อย่างเขาบ้างอันเป็นกิเลส ดั่งนี้เป็นมุทิตา หัดแผ่จิตออกไปด้วยมุทิตา ดั่งนี้ โดยเจาะจงและโดยไม่เจาะจง จนถึงเป็นอัปปมัญญาคือไม่มีประมาณ และแม้ในข้อนี้ก็เช่นเดียวกัน เมื่อแผ่ออกไปพบสัตว์ บุคคล พบสิ่งทั้งหลายที่มีความสุขความเจริญ หรือที่ดำรงอยู่เจริญอยู่ ก็ย่อมจะเจริญมุทิตากันได้เรื่อยไป จนถึงแม้กำหนดจิตว่าเป็นช่องว่างไม่มีที่สุด คืออากาศไม่มีที่สุด ก็ย่อมเจริญมุทิตาอยู่ในอากาศนั้นได้ จนกระทั่งกลับเข้ามากำหนดวิญญาณ คือความรู้ที่ไม่มีที่สุดอันเป็นไปอยู่ในอากาศที่ไม่มีที่สุดนั้น อากาศที่ไม่มีที่สุดนั้นเป็นภายนอก ส่วนวิญญาณที่ไม่มีที่สุดนั้นเป็นภายในย่อมมีอยู่เป็นคู่กัน อากาศคือความว่างที่ไม่มีที่สุด วิญญาณคือความรู้ในอากาศที่ไม่มีที่สุดนั้น วิญญาณคือความรู้ดังกล่าวนี้ก็เป็น **อนนฺตํ วิญฺญาณํ** คือเป็นความรู้ที่ไม่มีที่สุด อากาศไม่มีที่สุดเพียงใด ความรู้ที่กำหนดอากาศนั้นก็ไม่มีที่สุดเพียงนั้นเป็นคู่กันดั่งนี้ และเมื่อมาถึงวิญญาณคือความรู้ที่ไม่มีที่สุดก็เป็นอันว่าสิ้นขอบเขตของมุทิตา จึงได้มีพระพุทธภาษิตตรัสไว้ว่า "การอบรมมุทิตานั้นมีวิญญาณ คือความรู้ที่ไม่มีที่สุดเป็นอย่างยิ่ง" ดังนี้

การอบรมอุเบกขา

คราวนี้มาถึงข้ออุเบกขา คือหัดแผ่จิตออกไปด้วยอุเบกขา คือความที่มีจิตมัธยัสถ์เป็นกลาง โดยพิจารณาว่าสัตว์ทั้งหลายทุกถ้วนหน้าต่างมีกรรมเป็นของ ๆ ตน เป็นทายาทรับผลของกรรม มีกรรมเป็นกำเนิด มีกรรมเป็นเผ่าพันธุ์ มีกรรมเป็นที่พึ่งอาศัย จักกระทำกรรมอันใดไว้ ดีหรือชั่ว ก็จักเป็นทายาทรับผลของกรรมนั้น ดั่งนี้ จึงกำหนดแน่ลงไปในกรรมและผลของกรรมดั่งนี้ ในสัตว์ทั้งหลายทุกถ้วนหน้าไม่ว่าจะเป็นที่รักหรือไม่เป็นที่รักหรือเป็นกลาง ๆ เพ่งจิตกลับเข้ามากำหนดปลงลงไปในกรรม วางลงไปในกรรม เมื่อวางลงไปในกรรมได้ดั่งนี้ ก็ย่อมจะวางราคะคือความชอบ ปฏิฆะคือความชังลงได้ และก็จะวางความรู้สึกเฉยเมย หรือวางเฉยด้วยความไม่รู้เสียได้ด้วย เพราะความกำหนดจิตพิจารณาลงไปดั่งนี้ทำให้เกิดความรู้ในกรรม ใคร ๆ จะได้สุขได้ทุกข์อะไรก็ปลงลงไปว่าเป็นกรรม เป็นผลของกรรม และการที่จะหัดทำอุเบกขาดั่งนี้ก็หัดแผ่ไปโดยเจาะจงและโดยไม่เจาะจงดังกล่าวนั้น จนเป็นอัปปมัญญา ไม่มีประมาณ และความเป็นอัปปมัญญาของข้อนี้ย่อมขึ้นไปถึงความกำหนดจิตว่า อากาศไม่มีที่สุดคือช่องว่างไม่มีที่สุด วิญญาณคือความรู้ไม่มีที่สุด และจนถึงความกำหนดจิตว่า ในอากาศคือในช่องว่างอันไม่มีที่สุด และในความรู้ที่แผ่ไปในช่องว่างอันไม่มีที่สุดนั้นก็ไม่มีที่สุดเช่นเดียวกัน ในอากาศอันไม่มีที่สุดและในความรู้อันไม่มีที่สุดนั้น ย่อมไม่มีอะไรแม้สักนิดหนึ่งน้อยหนึ่ง เพราะว่าเมื่อเป็นช่องว่างอันไม่มีที่สุดจริงก็ต้องไม่มีอะไรแม้แต่น้อยหนึ่งนิดหนึ่ง ถ้ายังมีอะไรแม้แต่น้อยหนึ่งนิดหนึ่งก็ไม่เป็นความว่าง ไม่เป็นช่องว่างอย่างแท้จริง จะเป็นความว่างเป็นช่องว่างอย่างแท้จริง ไม่มีอะไรแม้แต่น้อยหนึ่งนิดหนึ่ง และในความรู้ที่กำหนดนั้นก็ต้องไม่มีอะไรแม้แต่น้อยหนึ่งนิดหนึ่ง เมื่อถึงขั้นนี้ก็เป็นอันว่าสิ้นขอบเขตของอุเบกขา จึงได้มีพระพุทธภาษิตตรัสไว้ว่า "การอบรมอุเบกขานั้นมีข้อที่ว่าน้อยหนึ่งนิดหนึ่งก็ไม่มีเป็นอย่างยิ่ง" ดั่งนี้

แม้การอบรมมุทิตา อุเบกขาดังกล่าวมานี้ ก็เป็นการปฏิบัติทางโพชฌงค์ทั้งเจ็ดดังกล่าวนั้นเช่นเดียวกัน เพราะฉะนั้นการปฏิบัติโพชฌงค์จึงเป็นสิ่งที่ใช้ได้ในการอบรมกรรมฐานทั้งปวง

๑๘ ธันวาคม ๒๕๒๒

ครั้งที่ ๑๖ ขันธ์ห้า

อริยสัจจ์

อันธรรมหรือธรรมะนั้นโดยตรงก็ได้แก่สัจจะ คือความจริง ของจริง ดังที่เรียกคู่กันว่า "สัจจธรรม" ธรรมะคือสัจจะ แต่อันความจริงหรือของจริงนี้ที่เป็นอริยสัจจะ คือเป็นความจริงหรือของจริงที่ทำผู้รู้ให้เป็นอริยะ คือผู้ประเสริฐผู้เจริญ ก็ได้แก่อริยสัจจ์ทั้งสี่ คือทุกขสัจจะ ความจริงของจริงคือทุกข์ สมุทัยสัจจะ ความจริงของจริงคือสมุทัย เหตุให้เกิดทุกข์ นิโรธสัจจะ ความจริงของจริงคือนิโรธ ความดับทุกข์ มรรคสัจจะ ความจริงของจริงคือมรรค ทางปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์

สัจจะทั้งสี่นี้เป็นหลักแห่งพุทธศาสนา และทุกขสัจจะ สัจจะคือทุกข์ข้อแรกนั้นก็ได้มีพระพุทธภาษิตตรัสไว้ว่า กล่าวโดยย่ออุปาทานขันธ์ คือขันธ์เป็นที่ยึดถือทั้งห้าเป็นทุกข์ดั่งนี้ เพราะฉะนั้นขันธ์ห้าจึงเป็นข้อสำคัญที่ผู้ปฏิบัติธรรมทางปัญญาจะพึงศึกษาสำเหนียกให้มีความรู้ความเข้าใจ และขันธ์ทั้งห้านี้ก็มิได้อยู่ที่ไหน อยู่ที่บุคคลทุก ๆ คนนี้เอง การศึกษาสำเหนียกก็ศึกษาสำเหนียกตามคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าที่ตรัสแสดงชี้ และก็ศึกษาสำเหนียกที่ตนเอง ให้รู้จักขันธ์ทั้งห้าที่ตัวเอง คำว่าขันธ์นั้นก็แปลว่ากอง แปลว่าประชุมดังที่ทราบกัน ก็เพราะมีหลาย ๆ สิ่งมาร่วมกันเข้าเป็นกอง หรือมาประชุมกันเข้า คำว่าขันธ์แปลว่ากองหรือประชุมด้วยมีความหมายอย่างนี้ เพราะขันธ์ทั้งห้าแต่ละขันธ์นั้นก็มีหลายอย่างมาประชุมมารวมกันเข้าเป็นกอง เหมือนอย่างผลไม้หลาย ๆ ผลมารวมกองกันอยู่เป็นกอง

รูปขันธ์

รูปขันธ์ กองรูป เมื่อกล่าวโดยย่อก็ได้แก่ มหาภูตรูป รูปที่เป็นใหญ่ อันหมายถึงธาตุทั้งสี่ที่มาประชุมกันอยู่คือ ปฐวีธาตุ ธาตุดิน อาโปธาตุ ธาตุน้ำ เตโชธาตุ ธาตุไฟ วาโยธาตุ ธาตุลม อีกอย่างหนึ่งธาตุห้าก็เติมอากาศธาตุคือช่องว่างเข้าอีกหนึ่ง แต่โดยมากแสดงธาตุสี่ ก็หมายถึงบรรดาส่วนทั้งหลายในร่างกายอันนี้ ซึ่งส่วนที่แข้นแข็งก็รวมเรียกว่าธาตุดิน ส่วนที่เอิบอาบก็รวมเรียกว่าธาตุน้ำ ส่วนที่อบอุ่นก็รวมเรียกว่าธาตุไฟ ส่วนที่พัดไหวก็รวมเรียกว่าธาตุลม ดั่งนี้คือมหาภูตรูป แปลว่ารูปที่เป็นใหญ่หรือเป็นส่วนใหญ่ อีกอย่างหนึ่ง อุปาทายรูป รูปอาศัย ได้แก่รูปพิเศษที่อาศัยอยู่ในมหาภูตรูปทั้งสี่นี้ เป็นต้นว่าจักษุประสาท ประสาทตา โสตประสาท ประสาทหู ฆานประสาท ประสาทจมูก ชิวหาประสาท ประสาทลิ้น กายประสาท ประสาทกาย และอื่น ๆ อีกหลายอย่างหลายประการ บรรดารูปที่อาศัยอยู่อันมีลักษณะพิเศษเหล่านี้รวมเรียกว่า อุปาทายรูป แปล

ว่ารูปอาศัย และอันที่จริงอุปาทายรูปนี้ก็สรุปเข้าในมหาภูตรูปทั้งสี่นั้นแหละ คือเป็นธาตุดินบ้าง ธาตุน้ำบ้าง ธาตุไฟบ้าง ธาตุลมบ้าง ประกอบกันอยู่ นี้คือรูปขันธ์ กองรูป

เวทนาขันธ์

เวทนาขันธ์ กองเวทนา คือความรู้สึกเป็นสุขเป็นทุกข์ หรือเป็นกลาง ๆ ไม่ทุกข์ไม่สุข ก็จำแนกได้ออกเป็นหก คือเวทนาที่เกิดจากจักขุสัมผัส สัมผัสทางตา เวทนาที่เกิดจากโสตสัมผัส สัมผัสทางหู ฆานสัมผัสเวทนา เวทนาที่เกิดจากฆาน สัมผัสทางจมูก เวทนาที่เกิดจากชิวหาสัมผัส สัมผัสทางลิ้น เวทนาที่เกิดจากกายสัมผัส สัมผัสทางกาย และเวทนาที่เกิดจากมโนสัมผัส สัมผัสทางใจ นี้คือเวทนาขันธ์ กองเวทนา

สัญญาขันธ์

สัญญาขันธ์ กองสัญญา ความจำหมายก็แบ่งได้เป็นหก คือจำหมายรูป จำหมายเสียง จำหมายกลิ่น จำหมายรส จำหมายสิ่งถูกต้องทางกาย จำหมายธรรมซึ่งในที่นี้หมายถึงเรื่องราวที่รู้ที่คิดทางใจ นี้คือสัญญาขันธ์ กองสัญญา

สังขารขันธ์

สังขารขันธ์ กองสังขาร คือความคิดปรุง หรือความปรุงคิด ซึ่งสังขารในที่นี้หมายถึงสังขารทางจิต คือความคิดปรุงหรือความปรุงคิดต่าง ๆ คิดดีบ้าง คิดไม่ดีบ้าง คิดเป็นกลาง ๆ บ้าง ซึ่งก็อาจแบ่งได้หกเหมือนกัน คือความคิดปรุงรูป ความคิดปรุงเสียง ความคิดปรุงกลิ่น ความคิดปรุงรส ความคิดปรุงสิ่งที่ถูกต้องทางกาย และความคิดปรุงธรรมคือเรื่องราวทั้งหมดของรูปเสียงเป็นต้น นี้ก็คือสังขารขันธ์ กองสังขาร

วิญญาณขันธ์

วิญญาณขันธ์ กองวิญญาณ วิญญาณก็ได้แก่ความรู้สึก ก็แบ่งได้เป็นหกเหมือนกัน จักขุ-วิญญาณ ความรู้สึกเห็นรูปทางตา โสตวิญญาณ ความรู้สึกได้ยินเสียงทางหู ฆานวิญญาณ ความรู้สึกทราบกลิ่นทางจมูก ชิวหาวิญญาณ ความรู้สึกทราบรสทางลิ้น กายวิญญาณ ความรู้สึกทราบสิ่งถูกต้องทางกาย มโนวิญญาณ ความรู้สึกรู้เรื่องทางใจ นี้คือวิญญาณขันธ์ กองวิญญาณ

รูป-นาม

ขันธ์ห้านี้ย่อลงได้เป็นสอง คือรูปขันธ์ ก็ย่อลงเป็นรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ก็ย่อลงเป็นนาม คำว่านามนั้นตามศัพท์แปลว่าน้อมไป โดยทั่วไปคำว่านามก็คือชื่อ เมื่อแปลว่าชื่อก็คือสักแต่ว่าเป็นชื่อเรียก ไม่มีรูปร่างปรากฏ เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ก็สักแต่ว่าเป็นชื่อเรียก ไม่มีรูปร่างปรากฏ และสิ่งที่ไม่มีรูปร่างปรากฏอย่างนี้ ก็มักจะพูดว่าเป็นนามธรรม ส่วนที่มีรูปร่างปรากฏก็มักจะพูดว่าเป็นรูปธรรม นี้เป็นอธิบายง่าย ๆ ว่าเวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณย่อลงเป็นนาม ก็คือหมายความว่าทั้งสี่นี้ไม่มีรูปร่างปรากฏ สักแต่ว่าเป็นชื่อเรียกคือเป็นนามธรรมเท่านั้น

อีกอย่างหนึ่ง คำว่านาม ที่แปลว่าน้อมไปนั้น ก็คือหมายความว่าเป็นอาการของจิตที่อาศัยอยู่กับกายอันเป็นส่วนรูปนี้ น้อมออกรู้อารมณ์คือเรื่องทั้งหลายที่ประสบทางกาย คือทางอายตนะทั้งหกหรือทางทวารทั้งหก อายตนะทั้งหกหรือทวารทั้งหกนั้นก็ได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และมนะคือใจ เป็นที่ต่อหรือเป็นทวาร คือเป็นประตูสำหรับที่จิตจะน้อมออกรู้อารมณ์คือเรื่องทั้งหลายมีเรื่องรูปเป็นต้น และอาการที่จิตน้อมออกรู้นั้นมี ๔ อย่างคือ

น้อมออกรู้เป็นสุข เป็นทุกข์ หรือเป็นกลาง ๆ ไม่ทุกข์ไม่สุข ก็เรียกว่าเวทนา ซึ่งเป็นความรู้ของจิตอย่างหนึ่ง คือรู้เป็นสุข เป็นทุกข์ หรือเป็นกลาง ๆ ไม่ทุกข์ไม่สุข

น้อมออกรู้จำ จำรูป จำเสียง เป็นต้น ก็เรียกว่าสัญญา ซึ่งเป็นความรู้ของจิตอีกอย่างหนึ่ง

น้อมออกรู้คิดปรุงหรือปรุงคิด เรียกว่า สังขาร ก็เป็นความรู้ของจิตอีกอย่างหนึ่ง

น้อมออกรู้สึกเห็น รู้สึกได้ยิน เป็นต้น ก็เป็นอาการของจิตอีกอย่างหนึ่งเรียกว่า วิญญาณ

เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ทั้ง ๔ นี้เป็นความรู้ของจิตที่แสดงออก คือที่น้อมออกรู้อารมณ์ มีรูปเป็นต้น ที่เข้ามาทางทวารทั้งหกนั้น ฉะนั้น เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ จึงเรียกว่าเป็นนาม คือเป็นอาการของจิตที่น้อมออกรู้อารมณ์ ซึ่งเป็นตัวความรู้ของจิตขั้นหนึ่ง ๆ จึงเรียกว่า นามธรรม เมื่อย่อเป็นสองดังนี้ รูปก็เป็นรูปขันธ์ กองรูป นามก็เป็นนามขันธ์ กองนาม

อุปาทานขันธ์

คราวนี้ขันธ์ห้าหรือนามรูปดังกล่าว โดยปรกติของสามัญชนย่อมเป็นอุปาทานขันธ์ คือขันธ์เป็นที่ยึดถือ เพราะว่าสามัญชนทุกคนนั้นย่อมมีอุปาทานคือความยึดถือในรูป ในเวทนา ในสัญญา ในสังขาร ในวิญญาณ ว่า

เอตํ มม นี่เป็นของเรา
เอโส หมัสมิ เราเป็นนี่
เอโส เม อัตตา นี่เป็นอัตตาตัวตนของเรา

คือ มีความยึดถือว่า รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ เป็นของเรา เราเป็นรูป เป็นเวทนา เป็นสัญญา เป็นสังขาร เป็นวิญญาณ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ เป็นอัตตาตัวตนของเรา โดยปรกติย่อมมีความยึดถืออยู่ดั่งนี้ เพราะฉะนั้นจึงเรียกว่าอุปาทานขันธ์ เมื่อเป็นอุปาทานขันธ์ ก็เป็นขันธูปธิ อุปธิคือขันธ์ อุปธินั้นแปลว่า เครื่องเข้าไปทรง อันหมายความว่าเข้าไปทรงใจเอาไว้ เข้าไปจับใจเอาไว้ เข้าไปสิงใจเอาไว้ เหมือนอย่างที่พูดกันว่าผีเข้าสิง เจ้าเข้าทรง ก็คือว่าเจ้าหรือผีนั้นเข้าไปทรงใจเอาไว้ของบุคคล แต่ใจของบุคคลที่ถูกเจ้าหรือถูกผีเข้านั้นก็กลายเป็นสื่อของเจ้าหรือของผีที่สิงหรือที่เข้าทรงนั้น ฉันใดก็ดี เมื่อขันธ์ทั้งห้าเป็นอุปธิ คือเข้าไปทรง เข้าไปสิงใจของบุคคล บุคคลก็กลายเป็นสื่อของขันธ์ทั้งห้านี้ ขันธ์ทั้งห้านี้ก็กลายเป็นสิ่งที่มีอำนาจครอบงำใจของบุคคล ดังจะพึงเห็นได้ว่า บุคคลทั่วไปนั้นย่อมอยู่ในอำนาจของขันธ์ห้าเป็นอันมาก ในอำนาจของรูป ของเวทนา ของสัญญา ของสังขาร ของวิญญาณ ย่อเข้าก็คือของรูป ของนาม หรือพูดอีกคำหนึ่งก็คือว่า ของกายของใจอันนี้ รูปนามหรือว่าขันธ์ห้าหรือว่ากายใจอันนี้ก็กลายเป็นสิ่งที่ครอบงำกายใจของบุคคล ก็เป็นขันธูปธิ อุปธิคือขันธ์ และเมื่อเป็นดั่งนี้ เมื่อกล่าวอีกอย่างหนึ่ง บุคคลก็อยู่ในอำนาจของกิเลส คือ อุปาทาน ความยึดถือ พร้อมทั้งตัณหาความดิ้นรนทะยานอยาก ซึ่งทั้งหมดนี้ก็มาจากอวิชชา คือ ความที่ไม่รู้จักสัจจะคือความจริง จึงทำให้เกิดตัณหา เกิดอุปาทาน แล้วก็ก่อกรรมต่าง ๆ ทั้งติดอยู่ในอารมณ์ต่าง ๆ มีรูปเป็นต้น เมื่อเป็นดั่งนี้ บรรดากิเลสทั้งปวงก็ดี บรรดากรรมที่กระทำก็ดี บรรดาอารมณ์ต่าง ๆ ที่ผ่านเข้ามาทางทวารหกก็ดี ก็กลายเป็นอุปธิ คือเครื่องที่เข้าไปทรงใจของบุคคลต่อเนื่องกันไปทั้งหมด บุคคลจึงไม่มีอิสระ ไม่มีเสรี ต้องอยู่ในอำนาจของเครื่องทรงใจเหล่านี้ วุ่นวายอยู่กับเครื่องทรงใจเหล่านี้ ดังจะพึงเห็นได้ว่า บุคคลเป็นอันมากนั้นกระสับกระส่ายวุ่นวายอยู่ด้วยเรื่องของขันธ์ห้า เรื่องของกิเลส เรื่องของกรรม และเรื่องของอารมณ์ทั้งหลายที่ผ่านเข้ามาทางทวารทั้งหก เพราะฉะนั้น จึงต้องเป็นทุกข์เดือดร้อน และก็ไม่สามารถที่จะเปลื้องทุกข์ได้ ทั้งบรรดาเครื่องทรงใจเหล่านี้ก็ปกปิดไม่ให้ได้ปัญญาเห็นสัจจะคือความจริง จึงพอกพูนอวิชชา คือความไม่รู้ พร้อมทั้งโมหะคือความหลงให้ทวีมากยิ่งขึ้น

วิบากขันธ์

การปฏิบัติในสติปัฏฐาน ตั้งสติกำหนดพิจารณากาย เวทนา จิต ธรรม ตามดูกาย เวทนา จิต ธรรม ให้เป็นที่ตั้งของสติ จึงเป็นการปฏิบัติชำระเครื่องทรงใจ เปลื้องเครื่องทรงใจเหล่านี้ให้

ลดลงไปโดยลำดับ จนถึงเมื่อปฏิบัติระงับนิวรณ์ เปลื้องนิวรณ์ออกจากจิต จิตสงบจากนิวรณ์ ก็เป็นอันว่าเป็นการปฏิบัติเปลื้องเครื่องทรงใจจากอารมณ์ที่เข้ามาทางทวารทั้งหกนั้นมาก่อนิวรณ์ขึ้นในจิต เมื่อปฏิบัติเปลื้องนิวรณ์ได้ สงบนิวรณ์ได้ ก็เป็นอันว่าทำจิตให้สงบจากเครื่องทรงใจคืออารมณ์ทั้งหลายที่เข้ามาทางทวารทั้งหกอยู่เป็นประจำ เมื่อเป็นดั่งนี้ ความเป็นไปของขันธ์ห้า หรือของนามรูปก็ปรากฏ เพราะอันที่จริงขันธ์ห้า หรือนามรูปนี้เป็นวิบากขันธ์ คือขันธ์ที่เป็นวิบาก คือเป็นผลของกิเลสกรรม เป็นสิ่งที่ไม่ใช่กุศล ไม่ใช่อกุศล แต่ว่าเป็นอัพยากตธรรม ธรรมที่เป็นอัพยากฤต คือเป็นกลาง ๆ ไม่เป็นบุญไม่เป็นบาป เพราะเป็นวิบากคือเป็นผล และเมื่อเกิดมาก็มีวิบากขันธ์อันนี้มาตั้งแต่เกิด ความเกิดพร้อมทั้งความแก่ความเจ็บความตาย ก็รวมอยู่ที่วิบากขันธ์อันนี้ วิบากขันธ์อันนี้เองเป็นตัวเกิด เป็นตัวแก่ เป็นตัวเจ็บ เป็นตัวตาย และวิบากขันธ์อันนี้เองเป็นเครื่องมือสำหรับที่จะทำกรรมทั้งหลาย ทั้งกรรมดีกรรมชั่ว ทั้งกุศล ทั้งอกุศล ก็วิบากขันธ์อันนี้แหละเป็นเครื่องมือที่ทำ ตลอดจนถึงในการปฏิบัติทำสติปัฏฐาน หรือกล่าวรวมว่าในการปฏิบัติธรรม ก็วิบากขันธ์อันนี้แหละเป็นเครื่องมือสำหรับปฏิบัติในการทำสติ ในการอบรมสมาธิ ในการอบรมปัญญา ก็วิบากขันธ์อันนี้แหละเป็นเครื่องมือที่จะกระทำ เพราะฉะนั้นจึงเป็นอัพยากตธรรม ธรรมที่เป็นกลาง ๆ ไม่ใช่บุญ ไม่ใช่บาป

รู้ขันธ์ห้าในปัจจุบันธรรม

เมื่อสงบนิวรณ์และจิตสงบ ก็พิจารณาดูให้รู้จักรูปขันธ์ กองรูป เวทนาขันธ์ กองเวทนา สัญญาขันธ์ กองสัญญา สังขารขันธ์ กองสังขาร วิญญาณขันธ์ กองวิญญาณ พิจารณาดูอย่างกว้าง ๆ หรือว่าโดยสรุปใช้วิธีดูทั่ว ๆ ไปดังที่ได้อธิบายมาแล้ว และเมื่อรู้จักขันธ์ห้าทั่ว ๆ ไปแล้ว ก็หัดดูให้รู้จักขันธ์ห้าที่เป็นปัจจุบันธรรมอันเป็นอย่างละเอียด ดูขันธ์ห้าที่เกิดขึ้นและที่ดับไปในอารมณ์ทั้งหลายทุกขณะจิต ดังเช่นในบัดนี้เสียงที่แสดงธรรมเป็นอารมณ์ของผู้ที่ตั้งใจฟังทั้งหลาย หูกับเสียงนี่เป็นรูป รูปขันธ์ กองรูป หูกับเสียงประจวบกัน รูปขันธ์ก็ปรากฏขึ้นก่อน เกิดขึ้นก่อน รู้สึกเป็นสุขหรือเป็นทุกข์ หรือเป็นกลาง ๆ ไม่ทุกข์ไม่สุขในเสียงนี้ ก็เป็นเวทนา จำเสียงนี้ก็เป็นสัญญา คิดไปตามเสียงนี้ก็เป็นสังขาร รู้สึกได้ยินเสียงนี้ ก็เป็นวิญญาณ เสียงที่แสดงธรรมนี้คำหนึ่ง ๆ ผู้ที่ตั้งใจฟังทุกคนก็จะเกิดรูปขันธ์ เกิดเวทนาขันธ์ เกิดสัญญาขันธ์ เกิดสังขารขันธ์ เกิดวิญญาณขันธ์ หรือว่าเกิดรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณในเสียงคำหนึ่ง ๆ นี้ทุกคำไป เสียงคำที่หนึ่งก็เกิดรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณในเสียงคำที่หนึ่ง แล้วก็ดับ เสียงคำที่สองมา ก็เกิดรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณมาในเสียงคำที่สอง เกิดแล้วก็ดับไป เสียงคำที่สาม ขันธ์ห้าเกิดดับไป เสียงคำที่สี่ ขันธ์ห้าเกิดดับไป ดั่งนี้เป็นต้น เพราะฉะนั้นขันธ์ห้าที่เป็นปัจจุบันธรรมนี้จึงเกิดดับไปในเสียงที่ได้ยินนี้ทุกคำ แต่ว่าเป็นสันตติสืบต่อกันไป ฉะนั้นก็หัดทำสติกำหนดให้รู้จักขันธ์ห้าใน

เสียงคำหนึ่ง ๆ ดังนี้ เรียกว่าให้รู้จักขันธ์ห้าที่เกิดดับ ๆ ทุกขณะจิตเป็นปัจจุบันธรรม ก็เป็นอันว่าได้ทำสติให้รู้จักขันธ์ห้าด้วย ให้รู้จักความเกิดของขันธ์ห้าด้วย ให้รู้จักความดับของขันธ์ห้าด้วย

รู้สมุทัย

กราวนี้ก็หัดศึกษาปฏิบัติทำสติให้รู้จักสมุทัยอีกส่วนหนึ่ง คือให้รู้จักตัณหากับอุปาทานที่อยากยึดอยู่ในสิ่งที่รู้ อาศัยความรู้ อยากยึดอยู่ในสิ่งที่รู้นั้น เมื่อสิ่งที่รู้คือรูปปรากฏขึ้น ความรู้ในรูปปรากฏขึ้น ตัณหาอุปาทานก็วิ่งเข้าจับสิ่งที่รู้คือรูป อาศัยตัวรู้นั้นแหละวิ่งเข้าไปจับสิ่งที่รู้คือรูป ดังนี้ก็เกิดเป็นสมุทัยขึ้น ถ้าหากว่ามีสติกำหนดกับปัญญาซึ่งเป็นตัวรู้สัจจะอีกขั้นหนึ่ง คอยกั้นคอยจับอยู่ไม่ให้ตัณหาอุปาทานวิ่งเข้าจับได้ หรือถ้าวิ่งเข้าจับก็ต้องปล่อยดังนี้แล้ว ก็เป็นอันว่าได้ปฏิบัตินิโรธคือความดับสมุทัยไปในขณะนั้นด้วย แต่ทั้งนี้ก็ต้องอาศัยอบรมสติปัญญาให้ว่องไว และให้บังเกิดขึ้นอย่างฉับพลันจึงจะกันจึงจะตัดจึงจะดับได้ ถ้าไม่เช่นนั้น ตัณหาอุปาทานก็วิ่งเข้าจับ จับสิ่งที่รู้นี่แหละยึดเอาไว้ ก็ก่ออุปธิ ก่อทุกข์ขึ้น ดังนี้เป็นความเกิดที่เป็นสมุทัย และเมื่อมีสติกับปัญญากำหนดก็จะพบนิโรธคือความดับที่เป็นตัวนิโรธ และทั้งนี้ก็ต้องอาศัยการปฏิบัติอบรมให้เห็นไตรลักษณ์ คือไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา เมื่อเห็นไตรลักษณ์อยู่ในสิ่งที่รู้กับตัวรู้ ก็จะเป็นสติเป็นปัญญาที่เป็นเครื่องกั้นเป็นเครื่องตัดเป็นเครื่องดับ เป็นนิโรธคือความดับได้

๕ พฤศจิกายน ๒๕๒๒

ครั้งที่ ๑๗ ขันธ์ห้า (ต่อ)

วิปัสสนาภูมิ

การปฏิบัติสติปัฏฐานนำจิตมากำหนดพิจารณากาย เวทนา จิต ธรรม เป็นสติปัฏฐาน การตั้งสติหรือความมีสติปรากฏก็เป็นทางแห่งสมาธิกับปัญญาร่วมกันไป อันตรายของการปฏิบัติก็รวมเข้าในนิวรณ์ทั้งห้านั้น เมื่อจิตมีนิวรณ์ครอบงำ การปฏิบัติทำสติในสติปัฏฐานก็เป็นการทำยาก แต่เมื่อนิวรณ์สงบ การปฏิบัติในสติปัฏฐานก็สะดวกเข้า และการปฏิบัติในสติปัฏฐานนี้เองก็เป็นเครื่องช่วยสงบนิวรณ์ได้ด้วย เมื่อได้ตั้งใจยกเอาปัพพะใดปัพพะหนึ่งคือข้อใดข้อหนึ่งขึ้นมาตั้งสติกำหนดโดยที่มีอุปการะธรรม ธรรมที่เป็นอุปการะช่วยเหลือเกื้อกูล คือมีอาตาปะ ความเพียร สัมปชานะ ความรู้ตัว สติ ความระลึกได้ กับความที่คอยกำจัดคือสงบหรือว่าละความยินดีความยินร้ายต่าง ๆ ในสิ่งต่าง ๆ ที่บังเกิดขึ้น เมื่อมีอุปการะธรรมสี่ข้อนี้สนับสนุนก็จะทำให้สงบนิวรณ์ลงได้ และเมื่อสงบนิวรณ์ลงได้ ก็ดำเนินการปฏิบัติในสติปัฏฐานแม้ข้อที่ยกมาตั้งไว้ปฏิบัตินั้นต่อไปได้สะดวก

การปฏิบัติในเบื้องต้น สติย่อมออกหน้า ญาณหรือปัญญาก็ตามหลัง หรือจะเรียกว่าสมาธิออกหน้า ปัญญาตามหลังก็ได้ แต่ว่าในข้อนี้ก็ต้องเข้าใจว่า ที่ว่ามีสติออกหน้านั้นก็คือ มุ่งทำสติความระลึกได้ซึ่งมีอาการที่ตามดูตามรู้ตามเห็นที่ตั้งของสติที่ตั้งไว้นั้น ยังไม่มุ่งที่จะใช้ปัญญาพิจารณาเหมือนอย่างอานาปานปัพพะ ข้อที่ว่าด้วยลมหายใจเข้าลมหายใจออก ก็ทำสติตามดูตามรู้ตามเห็นลมหายใจที่หายใจเข้าที่หายใจออก อันปรากฏที่ปลายจมูกหรือที่ริมฝีปากเบื้องบน และเมื่อมีสติออกหน้าดั่งนี้ ปัญญาก็ย่อมบังเกิดตาม และอันที่จริงนั้นก็ต้องมีปัญญาเป็นพื้นฐานอยู่โดยแท้ คือจะต้องมีปัญญาที่รู้แนวปฏิบัติตามที่พระพุทธเจ้าได้ทรงสั่งสอนไว้ แม้เป็นปริยัติปัญญา ปัญญาในปริยัติ และก็ต้องมีปัญญารู้ประโยชน์ เห็นประโยชน์ของการปฏิบัติในสติปัฏฐานนี้ แม้ว่าจะยังไม่ใช่เป็นความรู้ของตนเองโดยตรง อาศัยศรัทธาคือความเชื่อในคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า ก็ยังชื่อว่ารู้จักเลือกศรัทธา คือรู้จักเลือกเชื่อ เลือกเชื่อคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า จึงได้ลงมือปฏิบัติก็นับว่าเป็นปัญญาออกหน้าเหมือนกัน ซึ่งถ้าไม่มีปัญญาที่เป็นพื้นอันทำให้รู้จักเลือกเชื่อดังกล่าวมานี้ และไม่มีปัญญาที่จะรู้ในคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า ก็ไม่สามารถที่จะปฏิบัติได้ ผู้ที่ไม่สนใจก็เท่ากับว่าไม่มีปัญญาเหมือนกัน คือไม่ใช้ปัญญา ก็เป็นอันว่าไม่ได้ประโยชน์ ฉะนั้นก็ต้องเข้าใจเรื่องปัญญาที่เรียกว่าเป็นพื้นฐาน หรือออกหน้าบ้าง ปัญญาที่ตามหลังบ้าง ดั่งนี้

การปฏิบัติตั้งสติพิจารณากายในทางที่ทำจิตให้กำหนดอยู่ในอารมณ์อันเดียว ดังกำหนดลมหายใจเข้าออกก็ดี ใช้ปัญญาพิจารณาพร้อมกับสติก็ดี ดังเช่นตั้งสติกำหนดพิจารณาอาการ ๓๑ ว่าเป็นของปฏิกูล หรือพิจารณาแยกกายนี้ออกเป็นธาตุสี่ให้เห็นสักแต่ว่าธาตุ แต่ก็ยังนับรวมอยู่ใน

สมถกรรมฐาน คือเป็นอุบายที่จะทำจิตให้สงบจากนิวรณ์ทั้งหลาย เมื่อเริ่มมีจิตสงบขึ้น เวทนาก็ปรากฏ จับเวทนาขึ้นมากำหนดพิจารณาตามดู ให้รู้จักเวทนาตามที่เกิดขึ้น ทั้งให้รู้จักว่าเป็นสามิส มีอามิส หรือว่าเป็นนิรามิส ไม่มีอามิส ก็ทำจิตให้สงบยิ่งขึ้นไปอีก และจิตที่ถูกกายและเวทนาปรุงกันต่อมาโดยลำดับ โดยปราศจากสติที่เป็นสติปัฏฐานย่อมก่อนิวรณ์ให้บังเกิดขึ้น

อันนิวรณ์ที่บังเกิดขึ้นนั้นก็สืบเนื่องมาจากเวทนาและกายนี้แหละเป็นเหตุปัจจัยอันสำคัญ ดังที่ได้กล่าวแล้ว ว่ากายก็ปรุงเวทนา เวทนาก็ปรุงจิต เพราะเวทนานี้เองเป็นปัจจัยให้เกิดตัณหา และเมื่อจิตถูกตัณหาเข้ามาปรุงเข้าอีกส่วนหนึ่ง ก็ปรากฏเป็นนิวรณ์ เมื่อมิได้ปฏิบัติในสติปัฏฐาน นิวรณ์ห้าซึ่งรวมเข้าแล้ว ก็คือราคะ โทสะ โมหะ หรือโลภ โกรธ หลง จึงบังเกิดขึ้นแก่จิตอยู่เป็นประจำ จนถึงมีคำเรียกว่า เป็นอาลัยของจิต คือเป็นที่อาศัยของจิต เหมือนอย่างอาลัยคือน้ำเป็นที่อาศัยของปลา และเมื่อเป็นดั่งนี้ นิวรณ์นี้เองก็ปิดบังขันธ์ห้ามิให้ขันธ์ห้าปรากฏขึ้นเป็นภูมิของปัญญา เพราะว่าภูมิของปัญญาที่เรียกว่า วิปัสสนาภูมินั้นก็คือขันธ์ห้านี้แหละ ในเมื่อขันธ์ห้าถูกนิวรณ์ทั้งห้านี้ปิดบัง ก็เป็นภูมิของวิปัสสนาปัญญาไม่ได้

ฉะนั้น ในการปฏิบัติสติปัฏฐาน ในเมื่อตั้งสติกำหนดตามดูกาย กายจะปรุงเวทนาอย่างไรก็รู้ทัน ตามดูเวทนา เวทนาจะปรุงจิตอย่างไรก็รู้ทัน เมื่อเป็นดั่งนี้เวทนาก็ไม่เป็นปัจจัยแห่งตัณหา ไม่เป็นปัจจัยแห่งนิวรณ์ จิตจึงสงบ และเมื่อจิตสงบลงได้ก็คือสงบนิวรณ์ลงได้ ขันธ์ห้าจึงปรากฏ รูปขันธ์ กองรูปก็ปรากฏ เวทนาขันธ์ กองเวทนาก็ปรากฏ สัญญาขันธ์ กองสัญญาก็ปรากฏ สังขารขันธ์ กองสังขารก็ปรากฏ วิญญาณขันธ์ กองวิญญาณก็ปรากฏ ก็ปรากฏในอารมณ์ทั้งหลาย ดังเช่นในบัดนี้มีการบรรยายธรรมด้วยการใช้เสียง และมีการฟังธรรมด้วยการใช้โสตประสาทหรือหู หูกับเสียงจึงประจวบกันอยู่ทุกคำพูด ดั่งนี้ก็เป็นรูปขันธ์ กองรูปปรากฏขึ้นมา เวทนาขันธ์ กองเวทนาในเสียงที่มาประจวบกับหู คือเป็นสุขเป็นทุกข์ หรือเป็นกลาง ๆ ไม่ทุกข์ไม่สุขก็ปรากฏขึ้น สัญญาขันธ์ กองสัญญาคือความจำหมาย จำหมายในเสียงที่พูดเป็นภาษา เป็นบัญญัติถ้อยคำก็จำได้ สัญญาขันธ์ก็ปรากฏขึ้น สังขารขันธ์ คือความคิดปรุงหรือความปรุงคิดก็เข้าไปในธรรมที่แสดง คือในเสียงที่แสดงธรรม เป็นสังขารขันธ์ปรากฏขึ้น วิญญาณขันธ์ กองวิญญาณคือความรู้สึกได้ยินเสียงก็ปรากฏขึ้น ดั่งนี้คือขันธ์ห้าในอารมณ์ทั้งหลายที่ปรากฏในปัจจุบัน

ปัญญาในขันธ์ห้า

ความเกิดขึ้นของขันธ์ห้านี้จะเกิดขึ้นในทุก ๆ อารมณ์ และในขณะเดียวกันก็ดับไปในทุก ๆ อารมณ์ ดังที่ได้เคยแสดงแล้ว ขันธ์ห้าเกิดขึ้นในเสียงคำที่หนึ่ง ก็ดับไปในเสียงคำที่หนึ่งนั้น ถ้าเกิดขึ้นในเสียงคำที่สอง ก็ดับไปในเสียงคำที่สองนั้น ดั่งนี้โดยลำดับ เป็นขันธ์ห้าที่เป็นปัจจุบัน

คราวนี้เมื่อขันธ์ห้าปรากฏเป็นความเกิดความดับขึ้นในอารมณ์ทั้งหลายทุกขณะจิตดั่งนี้ ก็ตั้งสติกำหนดดูขันธ์ห้าที่ปรากฏขึ้นนี้ หัดดูไปทีละข้อก็จะไม่ทัน เพราะว่าเกิดขึ้นรวดเร็วมาก ก็อาจจะหัดดูอย่างย่นย่อลงเป็นรูปและนาม หูกับเสียงที่มาประจวบกันก็เป็นรูป คือเป็นสิ่งที่รู้ นามก็เป็นตัวรู้ รู้รูปนั้น เสียงกับหูที่มาประจวบกันเป็นรูปเกิดขึ้น นามก็เกิดขึ้นเป็นตัวรู้ขึ้นทันทีทุก ๆ คำ ก็กำหนดว่าเกิดดับอยู่ทุก ๆ คำ ก็จะทำให้เห็นรูปเห็นนามชัดขึ้น เห็นเกิดเห็นดับชัดขึ้น ดั่งนี้ก็เป็นสติในขันธ์ห้า ย่อลงก็ในรูปในนาม และก็เป็นปัญญาในเมื่อความเกิดความดับปรากฏขึ้น เพราะว่าความเกิดความดับนั้นเป็นสัจจะคือเป็นความจริง เรียกว่าเป็นสัจจธรรม ธรรมที่เป็นตัวความจริง

เมื่อสัจจธรรม ธรรมที่เป็นความจริงปรากฏขึ้น นี่แหละเป็นปัญญาที่รู้เข้าถึงสัจจะที่เป็นตัวความจริง แต่ว่าถ้าสติยังไม่ชัดตามดูตามรู้ตามเห็นไม่ชัด ปัญญาที่เป็นตัวรู้ถึงสัจจธรรมก็ไม่ชัด จะต้องใช้อนุมานปัญญา ปัญญาโดยอนุมานเข้าช่วย คืออนุมานเอาว่าเป็นอย่างนี้ ตามเหตุตามผล แต่เมื่อสติกำหนดได้ชัด ความเกิดความดับปรากฏชัด นี่แหละก็เป็นตัวปัญญาควบคู่กันมากับสติและปัญญาที่ชัดเจนยิ่งขึ้นนั้น ความดับจะปรากฏขึ้นชัดมากจนเหมือนกับเป็นความดับ เป็นความดับเท่านั้นในขันธ์ห้าหรือในรูปในนามนั้น เพราะฉะนั้น การปฏิบัติเมื่อมาถึงขั้นนี้ก็นับว่าปัญญาออกหน้า เข้าเขตการปฏิบัติทางวิปัสสนาโดยที่มีสตินำทางมาโดยลำดับ

ความรู้เหตุปัจจัยในขันธ์ห้า

เมื่อได้ปัญญาในขันธ์ห้าดั่งนี้ ก็ย่อมจะได้ความรู้จักเหตุปัจจัยในขันธ์ห้า คือเหตุปัจจัยที่จะให้ขันธ์ห้าบังเกิดขึ้นก็จะปรากฏขึ้น ได้แก่อายตนะภายในและอายตนะภายนอกที่คู่กันทั้งหก กล่าวคือเมื่อขันธ์ห้าปรากฏดังกล่าว รูปขันธ์ เวทนาขันธ์ สัญญาขันธ์ สังขารขันธ์ วิญญาณขันธ์ปรากฏ วิญญาณขันธ์นั้นจะปรากฏเป็นความรู้สึกเห็นรูป ได้ยินเสียงเป็นต้น ก็ดังที่พูดกันว่าเห็นอะไร ได้ยินอะไร ได้ทราบกลิ่นอะไร ได้ทราบรสอะไร ได้ทราบสิ่งที่ถูกต้องทางกายอะไร ได้รู้เรื่องที่มโนคือใจคิดอะไร ที่พูดกันอยู่และเมื่อพูดกันดั่งนี้ก็มักจะพูดกันว่า ตานั่นแหละเห็น หูนั่นแหละได้ยิน จมูกนั่นแหละได้ทราบกลิ่น ลิ้นนั่นแหละได้ทราบรส กายนั่นแหละได้ทราบสิ่งที่ถูกต้องทางกาย มโนคือใจนั่นแหละได้รู้เรื่องที่ใจคิด และก็มักจะพูดกันอย่างนี้ และเข้าใจกันอย่างนี้ แต่ว่าทางกระแสธรรมนั้นมิใช่ว่าตาเห็นรูป หูได้ยินเสียง แต่อันที่จริงนั้นจักขุวิญญาณต่างหากเห็นรูป โสตวิญญาณต่างหากได้ยินเสียง ฆานวิญญาณต่างหากได้ทราบกลิ่น ชิวหาวิญญาณต่างหากได้ทราบรส กายวิญญาณต่างหากได้ทราบสิ่งที่ถูกต้องทางกาย มโนวิญญาณต่างหากได้รู้เรื่องที่ใจคิด

ฉะนั้น สิ่งที่ได้เห็นจริง ๆ สิ่งที่ได้ยินจริง ๆ ก็คือวิญญาณนั่นเอง ไม่ใช่ตา ไม่ใช่หูเป็นต้น ดังจะพึงเห็นได้ว่า การที่หูกับเสียงกำลังประจวบกันอยู่ในบัดนี้ เสียงก็คือเสียงแสดงธรรม หูก็คือหูที่ได้ยินเสียงที่แสดงธรรม จะต้องมีมโนคือใจเข้าตั้งฟังอีกด้วยจึงจะสำเร็จการได้ยินเสียง ดังเช่นในบัดนี้ ถ้ามโนคือใจไม่ตั้งเพื่อที่จะฟัง คือว่าส่งใจไปเสียในที่อื่น หูจะดับทันทีไม่ได้ยิน อันที่จริงหูนั้นก็ดีไม่หนวก เสียงก็มาประจวบอยู่กระทบอยู่เป็นปรกตินั้นแหละ แต่ว่าใจไม่ฟัง ใจจะต้องตั้งฟังด้วยพร้อมกันไปจึงจะได้ยิน การได้ยินนั้นจึงไม่ใช่หูได้ยิน ใจต่างหากที่ได้ยิน ดังที่เรียกในที่นี้ว่าโสตวิญญาณเป็นตัวได้ยิน ฉะนั้น เมื่อวิญญาณขันธ์ปรากฏ วิญญาณขันธ์นั้นต้นทางมาทางไหน ก็มาทางตากับรูปที่ประจวบกัน หูกับเสียงที่ประจวบกัน จมูกกับกลิ่นที่ประจวบกัน ลิ้นกับรสที่ประจวบกัน กายและโผฏฐัพพะคือสิ่งที่กายถูกต้องที่ประจวบกัน มโนคือใจกับธรรมคือเรื่องราวมาประจวบกัน ต้นทางของวิญญาณก็คือว่า อายตนะภายในหกและอายตนะภายนอกหกที่คู่กันมาประจวบกันนั้น

เมื่อวิญญาณขันธ์ปรากฏขึ้น อายตนะภายในกับอายตนะภายนอกมาประจวบกันแต่ละคู่ย่อมมาปรากฏขึ้นแก่สติ เป็นอันว่าได้รู้ถึงเหตุเกิดขึ้น ปัจจัยเกิดขึ้นของขันธ์ห้าอันเป็นปัจจุบันธรรมว่ามาทางอายตนะดังกล่าวนี้ ตั้งต้นแต่อายตนะคู่ที่หนึ่ง ก็สุดแต่ว่าในปัจจุบันนั้นอายตนะคู่ไหนมาประจวบกันอย่างไร ดังในบัดนี้ก็อายตนะคู่ที่สอง คือโสตกับเสียงที่มาประจวบกัน ก็ให้สติกำหนดหูกับเสียงที่มาประจวบกันนี้เป็นปัจจุบันธรรม เป็นเหตุปัจจุบันให้เกิดขันธ์ห้าในเสียงขึ้น ตั้งต้นแต่ว่าหูกับเสียงนี้เป็นรูปขันธ์ ก็เป็นเวทนาขันธ์ เป็นสัญญาขันธ์ เป็นสังขารขันธ์ และเป็นวิญญาณขันธ์ อายตนะที่มาประจวบกันอยู่ก็ปรากฏขึ้น

ละสังโยชน์ด้วยสติและปัญญา

เมื่ออายตนะที่มาประจวบกันอยู่ปรากฏขึ้นแล้ว ถ้ามีสติกำหนดดูอยู่ย่อมจะได้พบภาวะของกิเลสอีกอันหนึ่งที่บังเกิดขึ้นสืบต่อกันไป คือสังโยชน์อันได้แก่ความผูก เมื่อตากับรูป หูกับเสียงประจวบกันเป็นต้น ก็เกิดสังโยชน์คือความผูกขึ้น คือผูกตากับรูปนั้นกับจิต ยกตัวอย่างเช่น ตากับรูปเมื่อมาประจวบกันเป็นขันธ์ห้าขึ้นมาดังกล่าวแล้ว ก็เกิดสังโยชน์คือความผูกขึ้น ผูกตากับรูปนั้นกับจิต หรือว่าจิตก็ผูกอยู่ที่ตากับรูปนั้น ท่านจึงเปรียบเหมือนกับว่าวัวขาวกับวัวแดงอันถูกผูกอยู่ที่แอกด้วยเชือก อันที่จริงแอกนั้นก็เป็นอย่างหนึ่ง วัวขาวกับวัวแดงก็เป็นอย่างหนึ่ง แต่ว่ามีเชือกมาผูกไว้ที่แอก เชือกที่ผูกนี้คือตัวสังโยชน์ เพราะอันที่จริงจิตนั้นก็อย่างหนึ่ง ตากับรูปนั้นก็อย่างหนึ่ง แต่ว่ามีสังโยชน์อันเป็นเหมือนอย่างเชือกมาผูกเอาไว้ เมื่อเป็นดั่งนี้ แม้ว่าตากับรูปนั้นจะประจวบกันไปแล้ว เกิดดับไปแล้ว แต่ว่ายังผูกอยู่ที่จิตเหมือนกับว่าเห็นอะไรไปเมื่อวานนี้ คือตากับรูปประจวบกันเมื่อวานนี้ แต่บัดนี้ก็ยังผูกอยู่ที่จิต ตากับรูปนั้นยังปรากฏอยู่ที่จิตในวันนี้

เพราะสังโยชน์นี้แหละที่เป็นเหมือนอย่างเชือกที่เป็นตัวผูก และสังโยชน์ที่เกิดขึ้นนี้ ก็เพราะว่าสติและปัญญาเกิดขึ้นตัดไม่ทันห้ามไม่ทัน เมื่อสติปัญญาเกิดขึ้นตัดไม่ทันห้ามไม่ทัน สังโยชน์ก็บังเกิดขึ้นผูกเอาไว้ และเมื่อผูกเอาไว้ก็เหมือนอย่างที่วัวขาววัวแดงติดอยู่กับแอก วัวขาววัวแดงก็ลากแอกไป เมื่อตากับรูปผูกอยู่กับจิตด้วยสังโยชน์ก็ดึงจิตไปด้วยอำนาจของความรักบ้าง ความชังบ้าง ความหลงบ้าง ก็เป็นตัวนิวรณ์นี้แหละ ก็ให้ตั้งสติกำหนดอยู่ดั่งนี้ คอยทำความรู้ในขณะที่ตากับรูปเป็นต้นประจวบกัน ให้รู้ถึงความเกิดดับอันเป็นสัจจะคือความจริง เมื่อความรู้เข้าถึงสัจจะคือความจริงคือความเกิดดับนี้ชัด สังโยชน์ก็ไม่เกิด แต่ถ้าปัญญาอันนี้อ่อนสังโยชน์ก็เกิด

๑๒ พฤศจิกายน ๒๕๒๒

ครั้งที่ ๑๘ ขันธ์ห้า (ต่อ)

อนัตตลักขณสูตร

เทศนาที่สองอันชื่อว่า อนัตตลักขณสูตรที่พระพุทธเจ้าได้ทรงแสดงแก่พระปัญจวัคคีย์เป็นการประทานแสงสว่าง เหมือนอย่างทรงชูประทีปในที่มืดให้ท่านทั้งห้าที่ได้ธรรมจักษุ ดวงตาเห็นธรรมในขั้นแรกแล้วได้ดวงตาเห็นธรรมในขั้นที่สุด มีใจความอันเป็นคำแปลโดยสรุปว่า พระพุทธ-เจ้าได้ตรัสยกเอารูปขึ้นแสดงว่าเป็นอนัตตา มิใช่อัตตาตัวตน จากนั้นก็ทรงยกเอาเวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ขึ้นแสดงว่าเป็นอนัตตา มิใช่อัตตาตัวตนโดยลำดับ ครั้นแล้วจึงได้ตรัสสอบถามท่านทั้งห้า ครั้นตรัสสอบถามท่านทั้งห้าแล้วก็ได้ตรัสประมวลความเข้ามาอีกครั้งหนึ่ง คำแปลแห่งเทศนาที่สองมีดังต่อไปนี้

รูป เป็นอนัตตามิใช่อัตตาตัวตน ถ้ารูปจะพึงเป็นอัตตาตัวตนไซร้ รูปก็จะไม่พึงเป็นไปเพื่ออาพาธ และก็จะพึงได้ในรูปว่า ขอให้รูปของเราจงเป็นดังนี้เถิด ขอให้รูปของเราอย่าได้เป็นอย่างนั้นเลย แต่เพราะเหตุที่รูปเป็นอนัตตามิใช่อัตตาตัวตน ฉะนั้น รูปจึงเป็นไปเพื่ออาพาธ และก็ย่อมจะไม่ได้ในรูปตามปรารถนาว่า ขอให้รูปของเราจงเป็นอย่างนี้เถิด ขอให้รูปของเราอย่าได้เป็นดั่งนั้นเลย

เวทนา คือความรู้เป็นสุขเป็นทุกข์ หรือเป็นกลาง ๆ ไม่ทุกข์ไม่สุขก็เช่นเดียวกัน

สัญญา คือความรู้จำก็เช่นเดียวกัน

สังขาร คือความรู้คิดปรุงหรือปรุงคิดต่าง ๆ ก็เช่นเดียวกัน

วิญญาณ คือความรู้สึกเห็นรูปได้ยินเสียงเป็นต้นก็เช่นเดียวกัน คือเวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณมิใช่อัตตาตัวตน ถ้าเวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณจะพึงเป็นอัตตาตัวตนแล้วไซร้ เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณก็จะไม่พึงเป็นไปเพื่ออาพาธ และก็จะพึงได้ในเวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณว่า ขอให้เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณของเราจงเป็นอย่างนี้เถิด ขอให้เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณของเราอย่าได้เป็นอย่างนั้นเลย แต่เพราะเหตุที่เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณเป็นอนัตตา มิใช่เป็นอัตตาตัวตน ฉะนั้น เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณจึงเป็นไปเพื่ออาพาธ และก็ย่อมจะไม่ได้เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณเป็นไปตามปรารถนาว่า ขอให้เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ของเราจงเป็นอย่างนี้เถิด ขอให้เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณของเราอย่าได้เป็นอย่างนั้นเลย

พระพุทธเจ้าครั้นทรงแสดงว่า รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณเป็นอนัตตา มิใช่อัตตาตัวตน โดยมีพระพุทธาธิบายให้เข้าใจชัดเจนว่า เพราะบังคับให้เป็นไปตามปรารถนามิได้ จึงได้ตรัส

ถามท่านทั้งห้าทีละข้อว่า รูปเที่ยงหรือมิเที่ยง เวทนาเที่ยงหรือไม่เที่ยง สัญญาเที่ยงหรือไม่เที่ยง สังขารเที่ยงหรือไม่เที่ยง วิญญาณเที่ยงหรือไม่เที่ยง ท่านทั้งห้าก็กราบทูลตอบว่าไม่เที่ยง จึงได้ตรัสสอบถามต่อไปว่า ก็สิ่งใดไม่เที่ยง สิ่งนั้นเป็นทุกข์หรือเป็นสุข ท่านทั้งห้าก็กราบทูลตอบว่า สิ่งนั้นเป็นทุกข์ จึงได้ตรัสถามสอบต่อไปว่า ก็สิ่งใดไม่เที่ยงเป็นทุกข์ มีความแปรปรวนไปเป็นธรรมดา ควรหรือที่จะตามเห็นสิ่งนั้นว่า นั่นเป็นของเรา เราเป็นนั่น นั่นเป็นอัตตาตัวตนของเรา ท่านทั้งห้าก็กราบทูลตอบว่าไม่ควรที่จะตามเห็นอย่างนั้น ครั้นได้ตรัสถามสอบและท่านทั้งห้าก็ได้กราบทูลตอบอันแสดงว่า ท่านทั้งห้าได้มีความรู้ความเห็นธรรมอันเป็นสัจจะคือความจริงในรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณถูกต้องโดยตลอดแล้ว จึงได้ตรัสแสดงสรุปไปทีละข้อว่า รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณที่เป็นอดีตคือล่วงไปแล้วก็ตาม ที่เป็นอนาคตยังไม่มาถึงก็ตาม ที่เป็นปัจจุบันก็ตาม ที่เป็นภายในก็ตาม ที่เป็นภายนอกก็ตาม ที่เป็นของหยาบก็ตาม ที่เป็นของละเอียดก็ตาม ที่เป็นของเลวก็ตาม ที่เป็นของประณีตดีก็ตาม ที่อยู่ในที่ไกลก็ตาม ที่อยู่ในที่ใกล้ก็ตาม รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณดังกล่าวทั้งหมดมิใช่ของเรา เรามิใช่เป็นรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ และรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ มิใช่เป็นอัตตาตัวตนของเรา พึงเห็นได้โดยสัมมปัญญา คือปัญญาชอบตามที่เป็นแล้วอย่างนี้

ครั้นได้ตรัสสรุปทั้งหมดดังกล่าวแล้ว จึงได้ตรัสต่อไปว่า อริยสาวกผู้สดับแล้ว เห็นอยู่อย่างนี้ย่อมหน่ายในรูป หน่ายในเวทนา หน่ายในสัญญา หน่ายในสังขาร หน่ายในวิญญาณ ความหน่ายนี้เป็นนิพพิทา เมื่อหน่ายก็ย่อมสิ้นความติดใจยินดีอันเรียกว่าวิราคะ เพราะสิ้นความติดใจยินดีจึงวิมุตติหลุดพ้น และเมื่อวิมุตติหลุดพ้นแล้ว ย่อมมีญาณคือความหยั่งรู้เกิดขึ้นว่า จิตวิมุตติหลุดพ้นแล้ว วิมุตติคือความหลุดพ้นของเราไม่กำเริบ ชาติสิ้นแล้ว ชาตินี้เป็นชาติสุดท้าย ชาติที่สุดพรหม-จรรย์อยู่จบแล้ว กิจที่ควรทำได้กระทำแล้ว ไม่มีกิจอื่นเพื่อความเป็นอย่างนี้อีกต่อไป ดั่งนี้

พระธรรมสังคาหตจารย์ ผู้ร้อยกรองพระสูตรนี้ได้แสดงต่อไปว่า เมื่อพระพุทธเจ้าได้ทรงแสดงพระธรรมเทศนานี้อยู่ จิตของท่านทั้งห้าก็วิมุตติหลุดพ้นจากอาสวะทั้งหลายดั่งนี้ นี้เป็นคำแปลพระสูตรที่สอง อันเป็นเทศนาที่พระพุทธเจ้าได้แสดงเป็นทุติยเทศนา เทศนาที่สองแก่พระปัญจวัคคีย์ คือพระภิกษุทั้งห้ารูป มีท่านพระอัญญาโกณฑัญญะเป็นต้น มีใจความที่เป็นคำแปลตั้งแต่ต้นจนจบเพียงเท่านี้

ปฏิเวธธรรม

อันเทศนาที่ทรงแสดงนี้ก็เป็นดวงประทีปที่พระพุทธเจ้าได้ทรงชูขึ้นในที่มืด ท่านทั้งห้านั้นได้มีจักษุคือดวงตาที่ได้ล้างชำระมาเป็นอันดีแล้ว จึงได้มองเห็นแจ่มใส เห็นธรรมที่เป็นสัจจะคือ

ความจริงทะลุปรุโปร่ง อันความรู้ความเห็นที่ทะลุปรุโปร่งดังนี้ เรียกว่า ปฏิเวธ ที่แปลว่าความเจาะแทง และก็มีคำแปลแกมอธิบายว่า ความรู้แจ้งแทงตลอด อันที่จริงตามศัพท์แปลว่า เจาะแทงเท่านั้น จึงได้มีคำแปลอธิบายให้เข้าใจขึ้นมาอีกว่า ความรู้แจ้งแทงตลอด ก็คือความรู้ความเห็นที่ทะลุปรุโปร่งไม่ติดขัด เป็นความรู้แจ้งเห็นจริงทั่วถึง ดังนี้คือปฏิเวธ แต่ก็น่าจะมีผู้ตั้งปัญหาถามว่า ก็เมื่อเป็นดวงประทีปดวงเดียวกัน แต่ทำไมผู้ที่ได้ฟังเทศนาทั้งสองนี้ตั้งแต่ครั้งพุทธกาลมาจนถึงบัดนี้ จึงไม่อาจที่จะประสบวิมุตติ คือความหลุดพ้นถึงที่สุดเหมือนอย่างท่านทั้งห้านั้น ทั้งนี้ก็ตอบได้ว่า ก็เป็นประทีปดวงเดียวกันนั้นแหละ แต่ว่าจักษุคือดวงตาของบุคคลเป็นไปต่าง ๆ กัน เมื่อยังมีฝ้าคือผงธุลีเข้าตาอยู่มาก แม้จะมีดวงประทีปส่องเพื่อที่จะให้มองเห็นก็ไม่สามารถที่จะมองเห็นได้ เพราะบรรดาผงธุลีที่เข้าตานั้นทำให้ดวงตาเกิดความมืดมัว ไม่อาจจะเห็นได้แจ้งชัดถ้ามีผงเข้าตามากหรือเป็นโรคนัยน์ตาอย่างใดอย่างหนึ่ง เช่นเป็นโรคต้อต่าง ๆ ก็จะทำให้ตามืดมัว อาจจะมองไม่เห็นเอาเลยก็ได้ ฉะนั้น แม้จะเป็นประทีปดวงเดียวกันมาตั้งส่องอยู่ข้างหน้า เมื่อตาของบุคคลไม่แจ่มใสหรือว่ามืดมัว จึงไม่อาจจะมองเห็นได้ชัดเจนหรือไม่อาจจะมองเห็นได้ เพราะฉะนั้น แม้ว่าจะได้อ่านได้ฟังได้ศึกษาทราบความในปฐมเทศนา ทุติยเทศนาเหล่านี้บ่อย ๆ ก็ตาม แต่เพราะมีผงเข้าตาอยู่มาก แถมยังเป็นโรคนัยน์ตาอยู่มาก จึงทำให้มองไม่เห็น จึงเป็นโทษแก่บุคคลแต่ละคนเอง ในเมื่อยังมีผงเข้าตาอยู่ก็ทำให้มองไม่เห็นมองไม่ชัด ไม่ใช่เป็นโทษของดวงประทีปที่พระพุทธเจ้าได้ทรงชูอยู่นั้น และเมื่อพระพุทธศาสนายังเป็นไปอยู่ ก็กล่าวได้ว่าดวงประทีปนั้นยังส่องสว่างอยู่ เมื่อตาของบุคคลมีผงเข้าตามากหรือมีโรคนัยน์ตาจึงไม่อาจที่จะรู้ไม่อาจที่จะเห็นอยู่เอง เพราะฉะนั้น ความรู้แจ้งแทงตลอดที่เป็นตัวปฏิเวธนั้นจึงยังไม่เกิดขึ้น

ความหลงยึดถือในขันธ์ห้า

อันผงที่เข้าตาบุคคลอยู่นี้อย่างละเอียดก็ได้แก่ความหลงยึดถือตัวเราของเรานั้นเอง และความหลงยึดถือตัวเราของเรานั้น ก็คือความหลงยึดถือในรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณทั้งห้านั้นว่าเป็นตัวเราของเรา เพราะฉะนั้น รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณทั้งห้านี้จึงเรียกว่า อุปทาน-ขันธ์ ขันธ์เป็นที่ยึดถือ คือเป็นที่ยึดถือว่าตัวเราของเรา คราวนี้ก็อาจที่จะมีคำถามแย้งว่า ความยึดถือของบุคคลนั้นก็มักยึดถืออยู่ในบรรดาสิ่งที่เป็นที่รักใคร่ปรารถนา เช่น แก้วแหวนเงินทองเป็นต้น ก็กล่าวชี้แจงได้ว่า บรรดาแก้วแหวนเงินทองเป็นต้นอันเป็นที่รักใคร่ปรารถนาพอใจอันเป็นสิ่งที่ยึดถือนั้น เมื่อพิจารณาดูแล้วก็จะเห็นได้ว่า ก็เป็นรูป เป็นเวทนา เป็นต้นนี้แหละ เป็นรูป ก็คือเป็นสิ่งต่าง ๆ ที่เป็นวัตถุ เป็นรูปายตนะ ที่ต่อทางอายตนะคือจักษุเข้าไปตั้งเป็นจักขุวิญญาณ เป็นเวทนาก็คือเป็นความสุข เป็นต้น เป็นสัญญาก็คือเป็นความจำ เพราะจะต้องมีความจำ ที่ว่าแก้วแหวนเงินทองเป็นต้นนั้นก็ตั้งอยู่ในความจำของบุคคล เป็นสัญญา ถ้าจำไม่ได้คือลืมเสีย สิ่ง

เหล่านั้นก็ไม่มีความหมายอะไร เพราะฉะนั้นที่มีอยู่ก็คือมีอยู่ในความจำนั้นเองคือว่าจำได้ จึงยึดถืออยู่ในความจำนั้นหรือในสิ่งที่จำนั้น ถ้าจำไม่ได้ลืมเสียก็ไม่มีความยึดถือ และก็เป็นสังขารคือความรู้คิดปรุงหรือปรุงคิดนี้เอง

อันความยึดถือต่าง ๆ ตลอดถึงความรักความชังต่าง ๆ นั้น ก็ล้วนเป็นความคิดปรุงหรือปรุงคิดในจิตใจของบุคคลทั้งนั้น ความยึดถือก็เป็นความคิดปรุงขึ้นมา ความชอบหรือความชังต่าง ๆ ก็เป็นความปรุงคิดขึ้นมา เหล่านี้ก็เป็นสังขาร ถ้าไม่มีความคิดปรุงหรือความปรุงคิดใด ๆ แล้ว ความชอบความยึดถือต่าง ๆ ก็จะไม่เกิดขึ้นมา เพราะฉะนั้นจึงรวมอยู่ในสังขารคือความรู้คิดปรุงหรือปรุงคิดนี้ และก็เพราะมีวิญญาณคือความรู้สึกเห็นรูปได้ยินเสียงเป็นต้นที่เป็นไปทางทวารทั้งหก คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และมนะคือใจ ถ้าหากว่าไม่มีทวารทั้งหกนี้ หรือทวารทั้งหกนี้ไม่ทำหน้าที่ บุคคลก็เป็นเหมือนอย่างนอนหลับหรือเป็นคนสลบไสลไม่มีความรู้สึกอะไรในตัว ไม่เห็นอะไร ไม่ได้ยินอะไร ไม่ทราบกลิ่นรสสัมผัสอะไร ไม่รู้คิดอะไรได้ แต่เพราะทวารทั้งหกทำหน้าที่ จึงมีความรู้สึกต่าง ๆ ก็เป็นตัววิญญาณ ตัววิญญาณนี้เองเป็นสิ่งที่ทำให้มีความรัก ความชัง ความหลงเป็นต้น ปรากฏเป็นไปอยู่ในจิตใจ เมื่อรวมเข้ามาแล้วจะเป็นความยึดถือในอะไรก็ตามก็รวมอยู่ในความยึดถือรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณนี้เท่านั้น และสิ่งที่เข้าใจว่าเป็นตัวเราของเราก็อยู่ที่รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณทั้งห้านี้เท่านั้น

การแยกพิจารณาขันธ์ห้า

เมื่อแยกพิจารณาออกไปทีละอย่างว่า ตัวเราของเรานั้นอยู่ที่รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณหรือมิใช่ ก็จะทำให้เห็นได้ว่าไม่ใช่ ยกตัวอย่างเช่นว่ารูป ก็อาจจะมีความยึดถือรวม ๆ กันอยู่ว่ารูปของเรา เราเป็นรูป รูปเป็นอัตตาตัวตนของเรา ดังเช่นเมื่อส่องกระจกดูหรือว่าถ่ายรูปของตัวเอง หรือว่าคนอื่นถ่ายรูปของตัวดู ก็ย่อมจะรู้จักกันว่า นี่เป็นคนนั้น นี่เป็นคนโน้น ตัวเราดูรูปของตัวเราก็ย่อมจะรู้ว่านี่เป็นตัวเรา ก็มีความยึดถือกันอยู่ดังนี้ แต่เมื่อสอบถามเข้าไปให้ละเอียดแล้วเช่นว่าจับที่แขน ว่าตัวเราอยู่ที่แขนนี้หรือมิใช่ ก็จะต้องตอบว่าไม่ใช่ เพราะถ้าใช่แล้วถูกตัดแขนออกไปเสีย ตัวเราก็จะต้องถูกตัดออกไป แต่ถ้าตัดแขนออกไปแล้วตัวเราก็ยังอยู่ จับที่ผมแล้วถามว่าตัวเราใช่ไหม ก็จะต้องตอบว่าไม่ใช่ นี่เป็นผม เมื่อจับดูที่ตัวทุกส่วนอันเป็นส่วนรูปขันธ์ กองรูปก็ย่อมจะตอบได้ว่าไม่ใช่ตัวเรา เพราะนั่นเป็นผม เป็นขน เป็นเล็บ เป็นฟัน เป็นหนัง เป็นอวัยวะส่วนต่าง ๆ ทีแรกเมื่อดูห่าง ๆ ก็รู้สึกว่าเป็นตัวเรา แต่เมื่อจับพิจารณาใกล้เข้าไปแล้วก็จะจับได้เองว่า ไม่ใช่ตัวเรา หากเป็นส่วนนั้นส่วนนี้ของร่างกาย แต่ก็ยังมีความยึดถืออยู่ว่าเป็นของเรา คือว่าแม้จะเป็นส่วนนั้นส่วนนี้ของร่างกาย ก็ยังถือว่าเป็นส่วนนั้นส่วนนี้ของเรา เช่นว่าผมของเราขนของเรา เล็บ ฟัน หนังของเราดั่งนี้เป็นต้น

เมื่อพิจารณาให้ละเอียดลงไปอีกว่า ถ้าเป็นของเราจริงแล้วต้องบังคับได้ให้เป็นไปตามปรารถนา แต่นี่บังคับไม่ได้ให้เป็นไปตามปรารถนา เพราะต้องเป็นไปเพื่ออาพาธตามที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอนไว้ อยากจะให้ผมของเราไม่หงอกก็ไม่สำเร็จ ดั่งนี้เป็นต้น เพราะฉะนั้นจึงไม่เป็นไปตามปรารถนา และในที่สุดก็ต้องแตกสลายไปหมด ดั่งนี้จึงเป็นอนัตตา มิใช่อัตตาตัวตน พิจารณาไปตามที่พระพุทธเจ้าได้ทรงสั่งสอน แยกแยะออกไปว่าเป็นอนัตตา เพราะบังคับให้เป็นไปตามปรารถนาไม่ได้ เป็นไปเพื่ออาพาธ และเมื่อรูปอาพาธ ต้องชำรุดทรุดโทรม เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณก็อาพาธ ดังจะพึงเห็นได้ว่ารูปกายอันเป็นส่วนรูปขันธ์นี้เก่าแก่ทรุดโทรมเจ็บป่วยลงไป ก็จะมากไปด้วยทุกขเวทนา อันเป็นที่รับรองว่าอาพาธ คือความป่วยไข้เป็นทุกข์ สัญญาเองก็อาพาธ เมื่อยังอยู่ในวัยหนุ่มแน่นจำอะไรได้ว่องไว ครั้นเมื่อแก่ลงไปความจำก็ยากเข้าเลอะเลือนเข้า ความคิดปรุงหรือความปรุงคิดที่เคยคิดอะไรได้ฉับพลันก็ชักช้าคิดไม่ใคร่ออก ความรู้สึกเห็นรูปได้ยินเสียงก็เช่นเดียวกัน เมื่อตาที่เป็นส่วนรูปมืดมัวลงไป จะอ่านหนังสือจะมองอะไรก็ไม่ใคร่เห็น จักษุวิญญาณคือ ความรู้สึกเห็นรูปทางตาก็ชักช้าไม่สะดวก เป็นไปตามกาย ก็เป็นอันว่า รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณนี้ชำรุดทรุดโทรมไปโดยลำดับ เป็นอาพาธคือความที่ต้องถูกความแก่ ความเจ็บให้ชำรุดทรุดโทรมไปโดยลำดับ บังคับให้เป็นไปตามปรารถนาก็ไม่ได้ ในเมื่อร่างกายชำรุดทรุดโทรมลงไป ทุก ๆ ส่วนก็ชำรุดทรุดโทรมด้วยกัน ฉะนั้น จึงเป็นสิ่งที่ไม่เที่ยง มีความแปรปรวนเปลี่ยนแปลงไปเป็นธรรมดา อันความแปรปรวนเปลี่ยนแปลงไปนี้แหละที่เป็นตัวทุกข์ เมื่อเป็นดั่งนี้จึงไม่ควรที่จะมีความเห็นยึดถือว่า นี่เป็นของเรา เราเป็นนี่ นี่เป็นอัตตาตัวตนของเราดั่งนี้

ความหมั่นพิจารณาให้มองเห็นสัจจะคือความจริงไปตามที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอนเป็นสัญญาและก็จะเป็นปัญญาขึ้นมาโดยลำดับ จะเป็นเครื่องทำลายผงที่เข้าตา เป็นการเขี่ยผงออกไปจากดวงตาโดยลำดับ เมื่อเป็นดั่งนี้แล้วก็จะมองเห็นแจ่มแจ้งขึ้น ก็ดวงประทีปดวงเดียวนี้เองที่พระพุทธเจ้าได้ทรงส่อง แต่เมื่อผงที่เข้าตานี้น้อยเข้า ความรู้ความเห็นก็จะแจ่มชัดขึ้น จะปรากฏเป็นปฏิเวธ คือความเจาะแทง รู้แจ้งแทงตลอด อันเป็นความรู้ที่ปรุโปร่งขึ้นโดยลำดับแห่งการปฏิบัติ

๑๓ มิถุนายน ๒๕๒๓

ครั้งที่ ๑๙ อายตนะหก

ปิยรูป สาตรูป

ธรรมนั้นได้แสดงแล้วว่า เป็นสามัญสัจจธรรมส่วนหนึ่ง อริยสัจจธรรมส่วนหนึ่ง จิตนี้เมื่อได้รับการซักฟอก โดยสดับฟังสามัญสัจจธรรมเป็นต้นว่า อนุปพพิกกถามาโดยลำดับแล้ว ก็ย่อมจะรับอริยสัจจธรรมได้ง่ายขึ้น เปรียบเหมือนผ้าที่สกปรกเมื่อได้รับการซักฟอกจนสะอาดดีแล้ว ย่อมควรที่จะรับน้ำย้อมฉะนั้น อนึ่ง ในการพิจารณาทุกขสมุทัย เหตุให้เกิดทุกข์นั้น พระพุทธเจ้าได้ตรัสชี้เอาตัณหา ความดิ้นรนทะยานอยากของใจว่าเป็นตัวเหตุให้เกิดทุกข์ และในการพิจารณาจับตัวตัณหาที่บังเกิดขึ้นในใจนั้น ก็จะพิจารณาได้ที่อายตนะภายในและอายตนะภายนอกที่ประจวบกันอยู่นี้เอง หรือกล่าวอีกอย่างหนึ่ง ก็จับพิจารณาได้ที่ทวารทั้งหกและอารมณ์ทั้งหก ก็อายตนะทั้งสองดังกล่าวนั้นเองแสดงต่างกันแต่ชื่อ ฉะนั้น เมื่อพระพุทธเจ้าได้ทรงชี้ลักษณะของตัณหาอันเป็นทุกขสมุทัย เหตุให้เกิดทุกข์ จึงได้ทรงตรัสแสดงต่อไปว่า ตัณหานั้นย่อมเกิดขึ้นตั้งอยู่ในที่ไหน ตัณหานั้นย่อมเกิดขึ้นตั้งอยู่ที่ปิยรูป สาตรูป คือรูปอันเป็นที่รัก รูปอันเป็นที่พอใจ สำราญใจ อะไรเป็นปิยรูป สาตรูป ก็ทรงชี้ยกเอาอายตนะภายใน คือ ตา หู จมูก ลิ้น กายและใจขึ้นแสดงก่อนว่า ตัณหานั้นย่อมเกิดขึ้นตั้งอยู่ที่ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจนี้เอง และต่อจากนั้นก็ได้ตรัสยกเอาอายตนะภายนอกที่คู่กันว่า ตัณหานั้นเกิดขึ้นอยู่ที่รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ และเรื่องราวทางใจทั้งหลายนั่นเอง ดังนี้

คำว่าปิยรูป สาตรูปนี้ ไม่ได้หมายถึงว่าเป็นรูปที่ตาเห็นเท่านั้น จึงจะเรียกว่ารูป แต่ว่าหมายถึงรูปนิมิตในใจ คือสิ่งที่เป็นที่กำหนดหมายเกิดขึ้นตั้งอยู่แห่งตัณหา ไม่ว่าจะเป็นรูปธรรมนามธรรมสิ่งใดสิ่งหนึ่งซึ่งเป็นที่กำหนดหมายบังเกิดขึ้นตั้งอยู่ของตัณหาแล้ว ก็เรียกว่ารูปในที่นี้ทั้งนั้น และโดยเฉพาะยกเอาปิยรูป สาตรูป คือรูปที่เป็นที่รักเป็นที่ชอบใจขึ้นเป็นประธาน ก็เพราะว่าอันตัณหาคือความดิ้นรนทะยานอยาก ซึ่งส่วนใหญ่อยู่ในลักษณะของกามตัณหา ภวตัณหา ประกอบกับนันทิความเพลิน ราคะ ความติดความยินดีนั้นย่อมอยากได้ติดใจสิ่งเป็นที่รักเป็นที่ชอบใจ ตัณหาจึงจะบังเกิดขึ้นตั้งอยู่ในสิ่งนั้น และเมื่อได้พบปะกับสิ่งที่ตรงกันข้าม คือสิ่งที่เป็นที่เกลียดชังไม่ชอบใจก็ย่อมจะเกิดความดิ้นรนทะยานอยากขึ้นอีกอย่างหนึ่ง สงเคราะห์เรียกว่าตัณหาเหมือนกัน แต่ว่าเป็นวิภวตัณหา คือดิ้นรนทะยานอยากที่จะให้สิ่งที่เกลียดชังไม่ชอบใจนั้นสิ้นไปหมดไป ตัณหาลักษณะที่สองนี้ก็นับว่าเป็นลักษณะที่รอง ลักษณะที่ขึ้นหน้านั้นก็คือกามตัณหา ภวตัณหา และโดยปรกติที่เรียกว่าตัณหานั้น ก็มักจะเป็นตัณหาที่มีลักษณะอันเรียกว่ากามตัณหา ภวตัณหา อันบังเกิดขึ้น ตั้งอยู่ในปิยรูป สาตรูป คือสิ่งที่เป็นที่รักที่ชอบใจนั้นแหละเป็นประการสำคัญ

กำหนดสติในปัจจุบันธรรมทางอายตนะ

คราวนี้ตั้งสติกำหนดเข้ามาดูให้รู้จักตากับรูป ให้รู้จักหูกับเสียง ให้รู้จักจมูกกับกลิ่น ให้รู้จักลิ้นกับรส ให้รู้จักกายและสิ่งที่กายถูกต้อง ให้รู้จักมโนคือใจ และธรรมคือเรื่องราวที่คิดที่รู้อยู่ในใจอันประจวบกันอยู่ นี้เป็นทางปฏิบัติอันหนึ่งที่ผู้ปฏิบัติในสติปัฏฐานใช้ปฏิบัติได้ คือตั้งสติให้รู้จักอายตนะภายใน อายตนะภายนอกที่ประจวบกันอยู่ในปัจจุบันซึ่งมีอยู่ทุกขณะ ตากับรูปที่ประจวบกันก็มีอยู่ทุกขณะที่ตายังลืมอยู่ และมองเห็นรูปอันนั้นรูปอันนี้ หูกับเสียงก็ประจวบกันอยู่ทุกขณะได้ยินเสียงนั้นได้ยินเสียงนี้ จมูกกับกลิ่นเป็นต้น ตลอดถึงมโนคือใจและเรื่องราวก็ประจวบกันอยู่ทุกขณะ โดยเฉพาะมโนคือใจและเรื่องราวที่รู้ที่คิดในใจก็ย่อมมีอยู่ทุกขณะ อันนับว่าอาการที่อายตนะภายในอายตนะภายนอกประจวบกันอยู่นี้เป็นปัจจุบันธรรม คือธรรมที่เป็นปัจจุบัน คือเป็นสิ่งที่เป็นปัจจุบัน แต่โดยปรกตินั้นทุก ๆ คนมักจะใส่ใจถึงแต่ความประจวบกันทางใดทางหนึ่งที่ต้องการ เช่นต้องการจะดูสิ่งอันใดด้วยตา เช่นดูรูป ก็ใส่ใจในรูปที่ตาเห็นนั้นใส่ใจถึงในการดูนั้น เมื่อต้องการที่จะฟังเรื่องใดเรื่องหนึ่งก็ใส่ใจอยู่ในการฟังและเรื่องที่ฟังนั้น เมื่อต้องการที่จะคิดในเรื่องใดเรื่องหนึ่งก็ใส่ใจในเรื่องที่คิดและในการที่คิดนั้น เพราะเหตุว่าบางทีสิ่งเหล่านั้นก็เป็นการงานที่ทำ และบางทีสิ่งเหล่านั้นก็เป็นปิยรูป สาตรูป คือเป็นสิ่งที่รัก เป็นสิ่งที่ชอบใจโดยตรง และบางทีก็ตั้งใจไว้ก่อนว่าจะดูสิ่งนั้นจะฟังสิ่งนี้ แต่บางทีก็ไม่ได้ตั้งใจไว้ก่อน เช่นเมื่อเดินไปในถนนก็สุดแต่ว่าจะเห็นอะไร สุดแต่ว่าจะได้ยินอะไร ดังนี้เป็นต้น และเมื่อมีสติที่ระลึกได้อยู่ถึงอายตนะภายในภายนอกทางใดทางหนึ่งที่ประจวบกันอยู่ในปัจจุบัน ก็นับว่าได้มีสติที่รักษาตัว ที่รักษาใจได้ตามสมควร แต่ถ้าไม่มีสติที่ระลึกได้ถึงปัจจุบันธรรมดังกล่าวนั้น เพราะเหตุว่าส่งใจล่องลอยไปในที่อื่นเรื่องอื่น คือปัจจุบันธรรมเป็นอย่างหนึ่ง แต่ว่าส่งใจล่องลอยไปเสียอีกอย่างหนึ่ง เช่นปัจจุบันธรรมขณะนี้ต้องการฟังธรรมบรรยาย เมื่อมีสติคอยตั้งใจฟัง ฟังให้ได้ยินอยู่ก็เรียกว่า มีสติอยู่ในปัจจุบันธรรม แต่เมื่อส่งใจล่องลอยไปในที่อื่น ก็เรียกว่าไม่มีสติอยู่ในปัจจุบันธรรม แต่ว่าส่งใจล่องลอยไปเสียในอีกเรื่องหนึ่ง กำลังเดินอยู่ในถนนเมื่อมีสติระลึกได้อยู่ว่า อายตนะภายในภายนอกกำลังเป็นไปอยู่ในปัจจุบัน คือเดินไปอยู่ ดังนี้ก็มีสติอยู่ในปัจจุบันธรรม แต่ว่าเมื่อเดินไปแต่ว่าส่งใจล่องลอยไปคิดเสียในเรื่องอื่น จนลืมไปว่าเรากำลังเดินอยู่ในถนนดังนี้ก็เป็นการขาดสติ

ทำสติให้เป็นสติปัฏฐาน

ความที่หัดให้มีสติระลึกได้ รู้จักอายตนะภายในภายนอกที่ประจวบกันอยู่ในปัจจุบันให้มากที่สุด ดังนี้ก็นับว่าเป็นการหัดสติในปัจจุบันธรรม เป็นการหัดให้มีสติขึ้นเป็นประการแรก และอาจจะปฏิบัติสติปัฏฐานในปัจจุบันธรรมที่กำลังประสบนี้ได้ ยกตัวอย่างเช่นว่าในบัดนี้กำลังฟังเสียงการฟังเสียงนั้นเป็นปัจจุบันธรรม ฟังเพื่อให้เกิดปัญญา คือความรู้ในธรรมที่แสดง ก็เป็นวิธีฟัง

อย่างหนึ่ง แต่ว่าฟังและทำสติให้เป็นสติปัฏฐานขึ้นมา เป็นกาย เป็นเวทนา เป็นจิต เป็นธรรม ในหูกับเสียงขึ้นมา ก็เป็นวิธีฟังอีกอย่างหนึ่งซึ่งใช้ได้เหมือนกัน

สำหรับในการฟังให้เป็นสติปัฏฐานขึ้นมานั้น ก็ตั้งสติกำหนดหูที่ฟังกับเสียงที่ได้ยิน และให้รู้จักว่า หูกับเสียงนี้เป็นกาย และก็กำหนดดูต่อไปว่า บัดนี้เวทนาเป็นอย่างไร เป็นสุขในการฟัง หรือเป็นทุกข์ในการฟัง หรือเป็นกลาง ๆ ไม่ทุกข์ไม่สุขในการฟัง เพราะจะต้องมีเวทนาประกอบไปด้วยทุกขณะ เมื่อกำหนดดูเข้ามาจริง ๆ แล้วก็ย่อมจะรู้ว่ามีสุขหรือมีทุกข์ หรือเป็นกลาง ๆ ไม่ทุกข์ไม่สุข ถ้ารู้สึกสบายก็เป็นสุข ไม่สบายอึดอัดรำคาญอะไรเป็นต้นก็เป็นทุกข์ ถ้ารู้สึกเฉย ๆ ไม่ชัดนักว่าสุขว่าทุกข์ ก็เรียกว่าเป็นกลาง ๆ ก็ให้รู้จักว่านี่เป็นเวทนา และก็ทำสติกำหนดให้รู้จักว่า ผู้รับเวทนาก็คือจิตนี้เอง ที่ว่าเป็นสุขนั้นก็คือจิตเป็นสุข เป็นทุกข์ก็คือจิตเป็นทุกข์ เป็นกลาง ๆ ไม่ทุกข์ไม่สุขก็จิตเป็นกลาง ๆ ไม่ทุกข์ไม่สุข จิตนี้เป็นส่วนสำคัญ ถ้าไม่มีจิตแล้วทุกข์ก็ไม่ปรากฏ สุขก็ไม่ปรากฏ กลาง ๆ ไม่ทุกข์ไม่สุขก็ไม่ปรากฏ จิตนี้เองจึงเป็นผู้รับ เป็นสุขเป็นทุกข์หรือเป็นกลาง ๆ ไม่ทุกข์ไม่สุข ก็ตั้งสติกำหนดดูจิตว่าจิตเป็นอย่างไร จิตมีสุขเป็นอย่างไร จิตมีทุกข์เป็นอย่างไร จิตเป็นกลาง ๆ ไม่ทุกข์ไม่สุขเป็นอย่างไร ก็ย่อมจะรู้จักจิตของตน

คราวนี้ก็กำหนดต่อไปว่า จิตที่เป็นสุขแล้วเพราะการฟัง จิตเป็นอย่างไร ชอบใจไหม จิตก็ย่อมจะชอบ ถ้าหากว่าจิตเป็นทุกข์เพราะการฟัง จิตเป็นอย่างไร ชอบใจไหม ไม่ชอบใจ ถ้าจิตเป็นกลาง ๆ จิตเป็นอย่างไร จิตก็เป็นกลาง ๆ ไม่ชัดว่าชอบหรือไม่ชอบ ก็เฉย ๆ ไป กำหนดดูให้รู้จักตัวความชอบหรือความไม่ชอบหรือความที่เฉย ๆ นั้น ว่านั่นแหละเป็นธรรมในจิตที่บังเกิดขึ้นทันทีเหมือนกันเพราะการฟัง

รู้กุศลธรรมและอกุศลธรรม

การหัดทำสติให้รู้จักกาย รู้จักเวทนา รู้จักจิต รู้จักธรรมที่เป็นปัจจุบันธรรมดั่งนี้ บางอย่างอาจจะชัด บางอย่างอาจจะไม่ชัด บางอย่างที่ชัดนั้นเช่นว่า หูกับเสียงที่ประจวบกันอยู่เป็นปัจจุบันสมมติว่าเป็นเสียงสรรเสริญ เขาสรรเสริญก็ได้ยิน ก็ดูก็ให้ทำสติให้รู้จักว่าหูกับเสียงก็เป็นกาย แล้วดูให้รู้จักเวทนา ให้รู้จักว่าถ้าเป็นสุขขึ้นมาเพราะได้ยินเสียงสรรเสริญ นั่นก็เป็นสุขเวทนา ดูให้รู้จักจิตว่าเป็นสุขนั้นก็คือจิตนี่เองเป็นสุข คราวนี้จิตที่เป็นสุขที่ได้ยินเขาสรรเสริญนั้นจิตเป็นอย่างไร จิตก็ชอบใจ เพลิดเพลินยินดี ก็ให้รู้จักว่านั่นก็เป็นธรรมขึ้นในจิต แต่ว่าถ้าความยินดีนั้นเป็นตัวกิเลส ก็เป็นอกุศลธรรม เป็นความหลงยินดี ก็ให้รู้จักว่านี่เป็นอกุศลธรรม จิตฟูขึ้นมาแล้วเพราะความยินดี คราวนี้อีกทางหนึ่งตรงกันข้าม หูได้ยินเสียง แต่ว่าเป็นเสียงติเตียนเสียงด่าว่าก็ให้ทำสติให้รู้จักว่าหูกับเสียงนี้เป็นกาย ก็ย่อมจะเกิดทุกขเวทนาเพราะถูกเขาด่า ถูกเขานินทานั่นก็เป็นเวทนา ดูให้รู้จักจิต จิตที่เป็นทุกข์เพราะถูกเขาด่า ถูกเขานินทา ให้รู้จักว่าจิตนี้เองเป็นตัว

รับทุกข์ขึ้นมา แล้วก็ดูให้รู้จักต่อไปว่า เมื่อจิตเป็นทุกข์เพราะถูกเขาด่าเขานินทาก็เกิดอะไรขึ้นมา ก็เกิดความเสียใจ เกิดความโกรธ เกิดความฟุบแฟบหมดกำลังใจเป็นต้น นั่นก็เป็นอกุศลธรรมขึ้นในจิตเช่นเดียวกัน คือหัดดูให้รู้จักในเมื่ออายตนะภายในอายตนะภายนอกประจวบกันดังนี้ว่า นี่เป็นกาย นี่เป็นเวทนา นี่เป็นจิต นี่เป็นธรรม ธรรมก็ให้รู้จักว่านี่เป็นกุศล นี่เป็นอกุศล หรือนี่เป็นกลาง ๆ สำหรับฝ่ายกุศลนั้นก็มีอยู่เป็นอันมาก เช่นหูกับเสียงประจวบกันเป็นเสียงที่แสดงธรรม ก็ให้รู้จักว่านั่นก็เป็นกาย ก็เกิดสุขเวทนาในเมื่อมีกุศลฉันท์อยู่ นั่นก็เป็นเวทนา ก็จิตนี่เองที่เป็นผู้ที่เป็นสุขเพราะฟังธรรม เป็นจิตที่สงบ และความสงบกับตัวสติ ความระลึกได้กับตัวความรู้ในธรรมก็เป็นกุศลธรรมขึ้นมา ก็บังเกิดสืบเนื่องกันไป ดูให้รู้จักดังนี้

รู้จำแนกธรรมหรือธรรมวิจัย

ความที่มีสติหัดมากำหนดในปัจจุบันธรรมทางอายตนะ ให้รู้จักเป็นกาย เป็นเวทนา เป็นจิต เป็นธรรมดังนี้ตามเป็นจริง เรียกว่าเป็นสติที่รักษาตัวได้ดียิ่งขึ้นไป เพราะจะทำให้เกิดความรู้ความยับยั้งฝ่ายอกุศล และทำให้เกิดความเจริญฝ่ายกุศล เพราะเมื่อมีสติกำหนดรู้อยู่ดังนี้ ถ้าเป็นฝ่ายอกุศล ฝ่ายอกุศลนั้นก็จะสงบด้วยสติที่รู้ ถ้าเป็นฝ่ายกุศล ฝ่ายกุศลนั้นก็จะตั้งอยู่และก็จะงอกงามยิ่งขึ้นด้วยอำนาจสติที่ระลึกรู้นั้น ฉะนั้น จึงเป็นสติที่เป็นเครื่องรักษาตัวเป็นเครื่องรักษาใจเป็นอย่างดี เรียกว่าเป็นการหัดปฏิบัติทำโพชฌงค์ คือองค์แห่งความรู้ด้วย คือหัดจำแนกแยกแยะธรรมออกไปให้รู้จัก ตั้งต้นแต่ให้รู้จักอายตนะภายในภายนอกที่ประจวบกันแต่ละข้อ ว่านี่เป็นทางตา นี่เป็นทางหู นี่เป็นทางจมูก นี่เป็นทางลิ้น นี่เป็นทางกาย นี่เป็นทางใจ และแต่ละทางที่เป็นปัจจุบันธรรมนั้น นี่เป็นกาย นี่เป็นเวทนา นี่เป็นจิต นี่เป็นธรรม ธรรมนี้เป็นอกุศล นี้เป็นกุศล นี้เป็นกลาง ๆ ก็เป็นอันว่า ทำให้เกิดความรู้จำแนก เรียกว่า ธรรมวิจัย แยกแยะออกไปได้ว่าในก้อนอาการของจิตใจที่บังเกิดขึ้นทุกขณะนี้อะไรเป็นอะไร มาทางไหน ต้นทางอยู่ที่ตา ที่หู ที่จมูก ที่ลิ้น ที่กาย หรือที่ใจ และก็รู้จำแนกออกไปว่ากระบวนของจิตใจนี้ดำเนินไปอย่างนี้นั้น อะไรเป็นอะไรตามเป็นจริงดังนี้ก็จะเป็นธรรมวิจัยขึ้นมาในตัวเอง แล้วก็จะทำให้เกิดปหานะ การละ ละอกุศล ภาวนา และทำกุศลให้เกิดขึ้นไปโดยลำดับ ฉะนั้นอายตนะภายในภายนอกที่ประจวบกันอยู่เป็นปัจจุบันนี้แหละเป็นทางปฏิบัติอันหนึ่งของผู้ปฏิบัติที่จะหัดทำสติให้มีความระลึกรู้อยู่

๑๔ มีนาคม ๒๕๒๒

ครั้งที่ ๒๐ อายตนะหก (ต่อ)

รู้สังโยชน์

อันอายตนะทั้งหกนั้นย่อมเป็นประตูสำคัญที่นำทั้งกิเลสเครื่องเศร้าหมอง และทั้งธรรมที่เป็นส่วนดีส่วนชอบเข้าสู่จิตใจ ฉะนั้นจึงได้มีคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าเกี่ยวกับการปฏิบัติทางอายตนะทั้งหกนี้อยู่เป็นอันมาก ในสติปัฏฐานทั้งสี่ได้แสดงอายตนะทั้งหกถัดจากขันธ์ห้า และในทางปฏิบัตินั้นก็อาจจะจับพิจารณาอายตนะทั้งหกโดยมีสติรู้จักตา รู้จักรูปที่มาประจวบกัน เป็นต้น ตามที่พระพุทธเจ้าได้ทรงสั่งสอน ดั่งนี้ก็ได้ โดยที่หัดทำสติพร้อมทั้งสัมปชัญญะคือความรู้ตัวอยู่เสมอในขณะที่เห็นอะไร ได้ยินอะไรเป็นต้น ดังเช่นเมื่อเดินไปก็ตั้งสติทำความรู้อยู่ว่าเห็นอะไรบ้างในขณะที่เดินไปนั้น ได้ยินอะไรบ้างในขณะที่เดินไปนั้น ตลอดจนถึงได้คิดถึงเรื่องอะไรบ้างในขณะที่เดินไปนั้น เป็นการหัดทำสติสัมปชัญญะเป็นไปในอายตนะทั้งหก และก็อาจจะหัดปฏิบัติกำหนดแต่เพียงอายตนะใดอายตนะหนึ่งก่อนก็ได้ ถ้าจะต้องการให้มีสติไปทั้งหมดในเบื้องต้นอาจจะยังทำยาก ก็เอาแต่เพียงว่าเมื่อเดินไปเห็นอะไรบ้างแต่เพียงอย่างเดียว และในบางคราวบางโอกาสก็อาจที่จะตั้งสติกำหนดแต่เพียงอย่างใดอย่างหนึ่งในเมื่อจะต้องใช้อายตนะอย่างนั้นมาก เช่นในขณะที่กำลังฟังธรรมบรรยายนี้ก็ตั้งสติกำหนดเสียงที่ฟังทางหู เพราะว่าโสตประสาทคือหูกับเสียงย่อมประจวบกันอยู่เสมอ ก็ตั้งจิตตั้งใจฟังเสียงที่กำลังแสดงนี้ ก็เป็นการหัดทำสติพร้อมทั้งสัมปชัญญะเป็นไปในโสตคือหูกับเสียงที่มาประจวบกัน เมื่อเป็นดังนี้ก็เป็นอันได้สติด้วย ได้สมาธิในการฟังด้วย ในบางคราวต้องการใช้สติกำหนดแต่เพียงทางใดทางหนึ่งก็ใช้ในทางนั้น ก็เป็นการหัดทำสติสัมปชัญญะเป็นไปในอายตนะอย่างหนึ่ง และยิ่งขึ้นไปกว่านี้กำหนดดูจิตใจ ให้รู้จิตใจในขณะที่ตากับรูป หูกับเสียงเป็นต้นประจวบกันว่าเป็นอย่างไร เมื่อเป็นสังโยชน์คือความผูกขึ้นมาก็ให้รู้ ถ้าไม่มีสังโยชน์คือความผูกก็ให้รู้

อันสังโยชน์คือความผูกนี้ บางแห่งท่านแสดงชี้เอาฉันทราคะ ราคะคือความติดใจยินดีด้วยฉันทะ คือ ด้วยความพอใจ เมื่อมีฉันทราคะขึ้นก็แสดงว่าเกิดสังโยชน์ขึ้น และแม้ว่าจะเกิดปฏิฆะที่ตรงกันข้ามคือความกระทบกระทั่งหงุดหงิด เพราะเหตุที่รูปเสียงที่มากระทบนั้นไม่เป็นที่ตั้งแห่งความพอใจเป็นปฏิฆะขึ้นมา เมื่อเป็นดั่งนี้ก็ให้รู้ว่าเป็นสังโยชน์คือความผูกเหมือนกัน เพราะว่าจิตจะต้องมีความผูกอยู่ในตากับรูป หูกับเสียงนั้น หรือว่าสิ่งเหล่านั้นมาผูกอยู่กับจิต มีตัวความผูกที่เป็นสังโยชน์อยู่ จึงเกิดอาการเป็นฉันทราคะหรือเป็นปฏิฆะขึ้น เมื่อจิตเป็นอย่างไรก็ให้มีความรู้ คราวนี้ก็ต้องกำหนดให้รู้ละเอียดยิ่งขึ้นว่า สังโยชน์คือความผูกดังกล่าวนั้นบังเกิดขึ้นก็เพราะไม่ได้เห็นความเกิดความดับ เมื่อเห็นความเกิดความดับ สังโยชน์ก็จะไม่บังเกิดขึ้น

สำรวมอินทรีย์หรืออินทรียสังวร

ความเห็นเกิดดับเป็นตัวญาณหรือปัญญาที่อาศัยสตินั้นเอง แต่ก็ต้องเป็นสติที่ว่องไว แจ่มใส สงบนิวรณ์ จึงจะเป็นสติที่ว่องไว แจ่มใส ตั้งมั่น ปัญญาหรือญาณที่เห็นเกิดดับจึงจะบังเกิด และเมื่อบังเกิด สังโยชน์คือความผูกก็ไม่บังเกิด ก็จะเห็นอะไร ๆ ได้อย่างสบาย ได้ยินอะไร ๆ ได้อย่างสบาย แต่ว่าทั้งนี้ก็ต้องอาศัยธรรมอีกข้อหนึ่งเป็นอุปการะในการปฏิบัติ คืออินทรียสังวร ความสำรวมอินทรีย์ อินทรีย์นั้นก็เป็นชื่อของอายตนะภายในทั้งหกนั่นแหละ ได้ชื่อว่า "อินทรีย์" ที่แปลว่าเป็นใหญ่ ก็เพราะตาเป็นใหญ่ในการเห็นรูป หูเป็นใหญ่ในการฟังเสียง จมูกเป็นใหญ่ในการทราบกลิ่นสูดกลิ่น ลิ้นเป็นใหญ่ในการทราบรสลิ้มรส กายเป็นใหญ่ในการทราบในการถูกต้องโผฏฐัพพะสิ่งที่กายถูกต้อง มโนเป็นใหญ่ในห้าข้อข้างต้นนั้นด้วย และในธรรมซึ่งในที่นี้หมายถึงเรื่องราว ก็คือเรื่องของรูป เสียง เป็นต้น ทั้งห้านั้นแหละที่ประสบพบผ่านมาแล้ว แต่ยังทรงอยู่ในใจโดยเป็นสัญญาคือความจำหมายอยู่ จึงเป็นธรรมที่เรียกว่ายังทรงอยู่โดยเป็นสัญญาคือความจำหมาย เพราะฉะนั้นจึงได้โผล่ขึ้นมา มโนก็รู้หรือคิดถึงสิ่งที่ประสบพบผ่านมาแล้วเหล่านี้อีกด้วย ฉะนั้น จึงชื่อว่าอินทรีย์ อินทรีย์นี้นอกจากเป็นใหญ่ดังกล่าว ยังเป็นใหญ่ในฐานะที่ครอบงำจิตใจของทุก ๆ คนอีกด้วย โดยเหตุนี้จึงได้ตรัสสอนให้มีอินทรียสังวร คือความสำรวมระวังอินทรีย์

คำว่า "สังวร" นั้น แปลว่าความสำรวม ความระวัง ซึ่งมีลักษณะเป็นการป้องกัน เหมือนอย่างคำว่า ความสำรวมจากความดื่มน้ำเมา ก็หมายถึงการป้องกันจากการดื่มน้ำเมา คือความงดเว้นหรือไม่ดื่มนั้นเอง ความสำรวมอินทรีย์ก็คือการป้องกัน ป้องกันอะไร ก็ป้องกันความยึดถือสิ่งที่เห็น สิ่งที่ได้ยิน คือรูปที่เห็น เสียงที่ได้ยิน กลิ่นที่ทราบทางจมูก รสที่ทราบทางลิ้น สิ่งถูกต้องที่ทราบทางกาย และเรื่องที่ผุดขึ้นมาคิดในใจ ไม่ยึดถือสิ่งเหล่านี้ทั้งหมดหรือบางส่วน ว่าสิ่งเหล่านี้น่าชอบ หรือว่าสิ่งเหล่านี้น่าชังน่าเกลียด เพราะเมื่อมีความยึดถือว่าน่าชอบก็จะเกิดอภิชฌาคือความยินดี เมื่อยึดถือว่าน่าชัง ก็จะเกิดโทมนัสคือความยินร้าย ความยินดีความยินร้ายนี้ก็เข้าครอบงำจิตใจ เพราะฉะนั้นจึงปฏิบัติเพื่อสำรวมคือระวังป้องกันจิตใจ โดยที่มีสตินี้แหละเป็นผู้รักษา โดยตรงก็คือรักษาจิตใจ แต่เมื่อกล่าวโดยโวหารก็มีสติรักษาตา รักษาหูเป็นต้น ในขณะที่อายตนะเหล่านี้ประจวบกับสิ่งที่เข้ามา หรือพูดรวม ๆ ว่าในขณะที่อายตนะภายในและอายตนะภายนอกเหล่านี้มาประจวบกัน เมื่อมีสติรักษา เมื่อมีสติสำรวมระวังอยู่ ก็จะไม่ยึดถือ และเมื่อไม่ยึดถือดังกล่าว ความยินดีความยินร้ายก็จะไม่เข้าครอบงำจิตใจ

มีสติสังวร

อันความยินดีความยินร้ายที่เข้าครอบงำจิตใจนี้เรียกว่าเป็นอาสวะอย่างหนึ่ง คือไหลเข้ามาสู่จิตใจ ถ้าจะเปรียบอย่างวัตถุเช่นน้ำไหล จะเปรียบเหมือนอย่างว่า ตา หู เป็นต้นเป็นทางไหล ก็

คือไหลเข้ามาทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจนี้เอง ไหลเข้ามาท่วมใจเป็นโอฆะ คือห้วงน้ำที่ท่วมใจ หรือเป็นอรรณพ คือเป็นทะเลลึกที่ท่วมใจ อันน้ำคือกิเลสที่ไหลเข้ามาท่วมใจเหล่านี้ก็ไหลเข้ามาทางอายตนะทั้งหกดังกล่าวนี้ ฉะนั้นเมื่อมีอินทรียสังวรอยู่ ก็จะเป็นเครื่องป้องกันไม่ให้ไหลเข้ามา สติเป็นตัวสังวร ก็คือสติที่ระลึกได้ ระลึกได้ว่า กำลังเห็นอะไร กำลังได้ยินอะไร และระลึกได้ว่า ความยึดถือหรือความไม่ยึดถือบังเกิดขึ้นหรือไม่ และระลึกได้ว่า จิตใจมีภาวะเป็นอย่างไร ยินดียินร้ายหรือไม่ พร้อมกับระลึกได้ว่า การที่ปล่อยจิตใจให้มีความยึดถือ และยินดียินร้ายเป็นโทษ ก่อให้เกิดความเดือดร้อน ส่วนการที่ไม่ปล่อยจิตใจให้ยึดถือ ไม่ก่อให้เกิดความยินดียินร้าย ก่อให้เกิดความรู้สึกสงบและก็มีสติที่ระลึกได้ด้วยว่า อันกิเลสกองราคะ โทสะ โมหะ ที่เป็นอกุศลมูล คือมูลของอกุศลทั้งหลาย กับทั้งอกุศลกรรมทั้งหลายที่บังเกิดขึ้นโดยอกุศลมูลเหล่านี้ เป็นกาย-กรรมที่เป็นทุจริต เป็นอกุศล มีฆ่าเขาบ้าง ลักของเขาบ้าง ประพฤติผิดในกามทั้งหลายบ้าง เป็นวจีกรรมที่เป็นอกุศลทุจริตเป็นต้นว่า พูดเท็จบ้าง พูดส่อเสียดบ้าง พูดคำหยาบบ้าง พูดเพ้อเจ้อเหลวไหลบ้าง เป็นมโนกรรมที่เป็นอกุศลทุจริต เป็นต้นว่า คิดโลภอยากได้ทรัพย์สมบัติของเขามาเป็นของตนบ้าง พยาบาทปองร้ายเขาบ้าง เห็นผิดจากคลองธรรมบ้าง เหล่านี้ก็บังเกิดขึ้นจากการที่ขาดอินทรียสังวร ขาดสติสำรวมระวัง ขาดสติรักษา จึงบังเกิดความยึดถือว่านี่ฉันชอบ นี่ข้าพเจ้าชอบ นี่ฉันไม่ชอบ นี่ข้าพเจ้าไม่ชอบ ไม่มีสติห้ามกัน ไม่มีสติรักษา

เมื่อความยึดถือดังกล่าวนี้แรง ก็จะเป็นชะนวนให้เกิดอกุศลมูล เป็นกิเลสกองราคะหรือโลภะบ้าง โทสะบ้าง โมหะบ้าง จึงเป็นเหตุให้ประกอบอกุศลกรรมทุจริตต่าง ๆ ทางกาย ทางวาจา ทางใจ ดังกล่าวนั้น แต่ถ้าหากว่ามีอินทรียสังวรอยู่ คือมีสติที่ระลึกได้อยู่ว่า นี่ควร นี่ไม่ควร นี่เป็นบาป นี่เป็นอกุศล นี่เป็นโทษ นี่ไม่เป็นโทษ ความที่ระลึกได้นี้ก็จะห้ามกัน ป้องกันมิให้เกิดความยึดถือดังนั้นหรือจะมีบ้างก็น้อย แล้วก็จะหายไป จึงไม่ก่อความยินดีความยินร้ายหรือก่ออกุศลมูลดังกล่าวมานั้นให้บังเกิดขึ้น ฉะนั้นจึงงดเว้นได้ ไม่ก่ออกุศลกรรมทุจริตทั้งหลายทางกาย ทางวาจา ทางใจ และทั้งถ้ามีอินทรียสังวรดังกล่าวนี้อยู่มาก ก็จะห้ามกันความยินดี ความยินร้าย หรือโลภ โกรธ หลง หรือ โลภะ โทสะ โมหะ แม้อย่างน้อยมิให้บังเกิดขึ้น ก็เป็นทางเจริญของกุศลทั้งหลายอันเป็นไปในทางตรงกันข้าม เพราะฉะนั้นอินทรียสังวรจึงเป็นสิ่งสำคัญมาก คนเราที่สามารถละความชั่วได้ ทำความดีได้ ชำระจิตของตนให้ผ่องใสได้ ตามหลักคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าตั้งแต่ขั้นหยาบที่สุดจนถึงขั้นละเอียดที่สุด ก็เพราะมีอินทรียสังวรนี้แหละน้อยหรือมาก ถ้ามีน้อยก็ละความชั่วได้น้อย ละความชั่วได้ไม่มากคือน้อย ทำความดีได้น้อย และชำระจิตของตนให้ผ่องใสได้น้อย ถ้ามีอินทรียสังวรมาก ก็สามารถละความชั่วได้มาก ทำความดีได้มาก และชำระจิตของตนให้ผ่องใสได้มาก และเมื่อปฏิบัติในสติปัฏฐานก็จะปฏิบัติให้ได้ผลดีเจริญขึ้นมาในธรรมปฏิบัติ มี

สติระลึกได้ตามรู้ตามเห็นกาย เวทนา จิต ธรรม นำให้ได้ปัญญาที่เป็นวิปัสสนาปัญญา หรือวิปัสสนาญาณ เห็นปัญจขันธ์โดยเป็นทุกขสัจจะ พร้อมทั้งเหตุปัจจัยของปัญจขันธ์คืออายตนะ พร้อมทั้งกำหนดรู้ถึงตัวสังโยชน์คือความผูก สามารถที่จะปฏิบัติดับสังโยชน์ได้ตามลำดับ

๑๓ พฤศจิกายน ๒๕๒๒

ครั้งที่ ๒๑ อาตยนะหก (ต่อ)

ปัญญาในธรรม

อันธรรมนั้นก็เป็นศาสนธรรมและเป็นสัจจธรรม ที่เป็นศาสนธรรมนั้นก็คือ เป็นคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้านั่นเองซึ่งทรงแสดงสั่งสอนเป็นต้นเดิม และก็แสดงสั่งสอนกันสืบต่อมา สัจจธรรมนั้นคือความจริง เป็นความจริงที่มีอยู่ในทุก ๆ คนนี้เอง ฉะนั้น ปัญญาในธรรมทีแรกก็เป็นความรู้ในคำสั่งสอน และต่อมาก็เป็นความรู้ในความจริงอันมีอยู่ที่ตน คำสั่งสอนนั้นชี้แจงแสดงชี้ให้มองเห็น ถ้าจะเปรียบกับคำสั่งสอนเหมือนอย่างไฟฉายที่ฉายตรงไปยังสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ไฟฉายก็เทียบกับเป็นศาสนธรรม สิ่งใดสิ่งหนึ่งที่ไฟฉายส่องก็เทียบกับเป็นสัจจธรรม บุคคลผู้มีดวงตาเห็นแสงไฟซึ่งเป็นความสว่างส่องไปก็ย่อมเห็นสิ่งที่ไฟส่องนั้นว่าเป็นอะไร เป็นวัตถุสิ่งนั้น เป็นวัตถุสิ่งนี้ก็สุดแต่ไฟจะส่องไปให้เห็น แต่ว่าไฟฉายนั้นไม่ใช่สัจจธรรม เป็นศาสนธรรม แต่เพราะเหตุที่ส่องตรงไปยังสิ่งที่มีอยู่จริงจึงเรียกว่าเป็นสัจจะด้วย แต่ว่าที่เป็นสัจจะจริงนั้นก็คือสิ่งที่ไฟส่องนั้นเองอันเป็นที่ต้องการให้เห็น ดังเช่นในอายตนปัพพะนี้ ศาสนธรรมได้ตรัสแสดงสั่งสอนว่า ให้รู้จักจักษุคือตา ให้รู้จักรูป และอาศัยจักษุและรูปทั้งสอง เกิดสังโยชน์คือความผูก ก็ให้รู้จักสังโยชน์นั้น สังโยชน์ที่ยังไม่เกิดเกิดขึ้นด้วยประการใดก็ให้รู้ประการนั้น สังโยชน์ที่เกิดขึ้นแล้วจะละเสียได้ด้วยประการใดก็ให้รู้ประการนั้น สังโยชน์ที่ละได้จะไม่เกิดขึ้นอีกด้วยประการใดก็ให้รู้ประการนั้น

ตรัสสอนให้รู้จักโสต คือหู ให้รู้จักเสียง และอาศัยหูกับเสียงเกิดสังโยชน์คือความผูก ก็ให้รู้จักสังโยชน์นั้น สังโยชน์ที่ยังไม่เกิดจะเกิดขึ้นได้ด้วยประการใดก็ให้รู้ประการนั้น สังโยชน์ที่เกิดขึ้นแล้วจะละเสียได้ด้วยประการใดก็ให้รู้ประการนั้น สังโยชน์ที่ละได้จะไม่เกิดขึ้นอีกด้วยประการใดก็ให้รู้ประการนั้น

ตรัสสอนให้รู้จักฆานคือจมูก ให้รู้จักกลิ่น และอาศัยจมูกกับกลิ่นทั้งสองเกิดสังโยชน์คือความผูก ก็ให้รู้จักสังโยชน์นั้น สังโยชน์ที่ยังไม่เกิดจะเกิดขึ้นได้ด้วยประการใดก็ให้รู้ประการนั้น สังโยชน์ที่เกิดขึ้นแล้วจะละเสียได้ด้วยประการใดก็ให้รู้ประการนั้น สังโยชน์ที่ละได้แล้วจะไม่เกิดขึ้นอีกด้วยประการใดก็ให้รู้ประการนั้น และต่อไปอีก ๓ ข้อก็เช่นเดียวกัน นี้เป็นศาสนธรรม และศาสนธรรมดังกล่าวนี้ก็เป็นไฟฉายส่องเข้ามาที่สิ่งที่มีอยู่เป็นไปอยู่อันเรียกว่าสัจจะในทุก ๆ คนนี้เอง

ละสังโยชน์ด้วยสติและโยนิโสมนสิการ

ฉะนั้น เมื่อดูเข้ามาตามที่ศาสนธรรมส่องด้วยดวงตาก็ย่อมจะมองเห็นตากับรูป มองเห็นหูกับเสียง มองเห็นจมูกกับกลิ่นเป็นต้น และจะมองเห็นสังโยชน์คือความผูก จะมองเห็นทางที่สัง–

โยชน์อันยังไม่เกิดจะบังเกิดขึ้น และเมื่อปฏิบัติละสังโยชน์ตามที่ทรงสั่งสอนนี้ก็จะมองเห็นทางละสังโยชน์ที่เกิดขึ้นแล้ว พร้อมกับจะทราบทางตามที่ทรงสั่งสอนในการที่สังโยชน์ที่ละได้จะไม่เกิดขึ้นอีกด้วย แต่ว่าจักษุคือดวงตาที่มองเห็นนี้ก็จะต้องเป็นดวงตาปัญญาอันประกอบด้วยสติ และดวงตาปัญญานั้นก็จะต้องประกอบด้วยโยนิโสมนสิการ คือการพิจารณาทำไว้ในใจโดยแยบคาย ซึ่งเป็นปัญญาพื้นฐานสำหรับใช้พิจารณาโดยแยบคาย คือตามทางเหตุผล ก็จะได้ปัญญาที่เป็นตัวผลยิ่งขึ้นไป และเมื่ออาศัยปัญญาดังนี้ จึงจะรู้จักสิ่งเหล่านี้ คือจะรู้จักตา รู้จักรูป รู้จักหู รู้จักเสียง รู้จักจมูก รู้จักกลิ่น และจะรู้จักสังโยชน์ที่เกิดขึ้น จะรู้จักละสังโยชน์ที่บังเกิดขึ้นตลอดจนถึงรู้จักวิธีที่จะป้องกันแก้มิให้สังโยชน์บังเกิดขึ้นอีก จนถึงละได้เด็ดขาดในที่สุด และความที่จะต้องอาศัยดวงตาปัญญามองให้รู้จักโดยอาศัยแสงไฟฉายอันเป็นดวงประทีปคือศาสนธรรมที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอนนี้ อันเรียกว่าเป็นโยนิโสมนสิการนั้น ก็คือจะต้องรู้จักคิด เพราะอันที่จริงนั้นทุกคนก็รู้จักตา รู้จักรูป รู้จักหู รู้จักเสียง รู้จักจมูก รู้จักกลิ่น ตลอดจนถึงรู้จักลิ้น รู้จักรส รู้จักกาย รู้จักสิ่งที่กายถูกต้อง รู้จักมโนคือใจที่รู้ที่คิด และรู้จักธรรมคือเรื่องในใจที่คิด ที่รู้กันอยู่ด้วยกัน และก็ย่อมมีความรู้สึกในตัวสังโยชน์คือความผูกที่เกิดขึ้นอยู่ด้วยกัน ดังที่ท่านชี้สังโยชน์ว่า ฉันทราคะ คือความพอใจหรือความติดใจด้วยอำนาจของความพอใจ คือเมื่อชอบขึ้นมาและผูกความชอบไว้ในใจ ก็รู้ว่าเราชอบ ตรงกันข้ามคือว่าไม่ชอบก็รู้ว่าเราไม่ชอบ และที่ผูกอยู่เป็นความชอบความไม่ชอบดั่งนี้ก็รู้ ก็รู้อยู่ด้วยกันดั่งนี้เป็นธรรมดา แต่ว่าความรู้ดั่งนี้ยังไม่ใช่โยนิโสมนสิการที่เป็นตัวปัญญาในที่นี้

รู้สภาพธรรมดา

โยนิโสมนสิการที่เป็นตัวปัญญาในที่นี้นั้นก็คือต้องรู้จักคิด คิดให้รู้จักสภาพของสิ่งเหล่านี้ที่มีอยู่ ที่เป็นไปอยู่ตามเหตุและผลที่เป็นตัวสภาพ คือที่เป็นไปตามกระบวนของตนเอง คือตามกระบวนของสิ่งเหล่านี้ที่เป็นเหตุเป็นผล เป็นไปในตัวเอง ซึ่งเป็นสภาพธรรมดา อันสภาพธรรมดาที่ควรจะใช้วิธีคิดที่เป็นโยนิโสมนสิการให้รู้จักนี้ ก็เป็นสภาพธรรมดาที่เป็นเหตุปัจจัยของกันและกันเป็นไปนั้นอย่างหนึ่ง สภาพธรรมดาที่เป็นสามัญลักษณะอีกอย่างหนึ่ง สภาพธรรมดาที่เป็นเหตุเป็นผล เป็นไปตามสภาพของตนเองนั้น ก็คือตาก็เป็นตา ซึ่งมีสภาพมองเห็น รูปก็เป็นรูป คือเป็นสิ่งที่ตามองเห็น หูก็เป็นสิ่งได้ยิน สภาพธรรมดาของหูก็ได้ยิน และเสียงก็เป็นสิ่งที่หูได้ยิน จมูกก็มีสภาพธรรมดาที่ได้กลิ่น กลิ่นก็เป็นสิ่งที่จมูกจะพึงได้ และเมื่อตากับรูปประจวบกัน มีมโนคือใจเข้าประกอบก็สำเร็จเป็นการเห็น หูกับเสียงประจวบกัน เมื่อมีมโนคือใจเข้าประกอบก็สำเร็จเป็นการได้ยิน จมูกกับกลิ่นประจวบกัน เมื่อมีมโนคือใจเข้าประกอบก็สำเร็จเป็นการทราบกลิ่น ลิ้นกับรสประจวบกัน เมื่อมีมโนคือใจเข้าประกอบ ก็ให้สำเร็จเป็นการทราบรส กายและสิ่งที่กายถูกต้องประจวบกัน ก็ให้สำเร็จเป็นการทราบสิ่งถูกต้องทางกาย มโนคือใจกับธรรมคือเรื่องราวประจวบกัน ก็ให้สำเร็จเป็นความรู้เรื่อง

อันการเห็น การได้ยิน คือการเห็นรูปทางตา การได้ยินทางหู การทราบกลิ่น ทราบรส ทราบสิ่งถูกต้อง ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย และการที่รู้เรื่องทางมโนคือใจเหล่านี้เป็นวิญญาณดังที่ได้เคยกล่าวแล้ว นี้เป็นธรรมชาติธรรมดา คือเป็นตัวสภาวะที่เป็นธรรมดา เป็นไปตามเหตุและผลของขันธ์ อายตนะ ไม่ว่าจะเป็นของใคร ตัวสภาพเป็นอยู่ดังนี้ และอันสภาพที่เป็นเหตุเป็นผลเป็นสภาพธรรมดาดังกล่าวนี้ ก็มีแก่ทุก ๆ อย่างในโลก และเรื่องของขันธ์ อายตนะดังกล่าวนี้ ก็เป็นเรื่องของโลก อายตนะโลกก็เป็นไปดั่งนี้ แม้เรื่องของโลกธาตุอย่างอื่นก็มีเหตุมีผลเป็นไปอยู่ดั่งนี้ เป็นสภาพธรรมดา เช่นฝนตก แดดออก ร้อนหนาว เป็นต้น ซึ่งเป็นสภาพธรรมดาของโลก ซึ่งเป็นโลกธาตุก็เป็นไปอยู่ตามเหตุตามผล เป็นสภาพเป็นธรรมดาดั่งนี้ตามความเป็นจริง จึงไม่ใช่เป็นของ ๆ ใคร ไม่ใช่เป็นตัวเราของเรา ไม่ใช่เป็นตัวเขาของเขาที่ไหน เหมือนอย่างธรรมชาติธรรมดาที่เป็นสภาพของโลกธาตุ ฝนตก แดดออก ร้อน หนาว กลางวัน กลางคืน เป็นต้น ก็เป็นสภาพธรรมดาของโลกธาตุ ไม่ใช่เป็นตัวเรา ไม่ใช่เป็นของเรา ก็เป็นไปอยู่ดั่งนี้ แม้สภาพที่เป็นธรรมชาติธรรมดาของอายตนะขันธ์ที่เป็นขันธโลก อายตนะโลกอีกส่วนหนึ่งอันแยกมาจากโลกธาตุส่วนใหญ่ ทั้งแถมมีจิตใจครองเป็นพิเศษก็มีสภาพที่เป็นธรรมชาติธรรมดาเป็นไปเอง ไม่ใช่เป็นตัวเราไม่ใช่เป็นของเราที่ไหน ก็ต้องรู้จักคิดให้รู้จักสภาพที่เป็นเหตุเป็นผล เป็นธรรมชาติธรรมดาดั่งนี้ส่วนหนึ่ง

รู้สามัญลักษณะ

อีกส่วนหนึ่ง ใช้วิธีคิดให้รู้จักสภาพที่เป็นสามัญลักษณะ คือ ลักษณะทั่วไปของสิ่งที่เป็นสังขารทั้งปวง ก็คือของโลกทั้งหมด ไม่ว่าจะเป็นขันธโลก อายตนะโลกหรือว่าโลกธาตุภายนอกต่าง ๆ ก็คืออนิจจลักษณะ ลักษณะที่ไม่เที่ยง ทุกขลักษณะ ลักษณะที่เป็นทุกข์ อนัตตลักษณะ ลักษณะที่เป็นอนัตตา มิใช่อัตตาตัวตน กล่าวสรุปง่าย ๆ ว่า ลักษณะที่บังคับให้เป็นไปตามปรารถนาไม่ได้ เพราะเป็นสิ่งที่ต้องเกิดต้องดับ ตั้งอยู่คงที่ไม่ได้ ต้องแปรปรวนเปลี่ยนแปลงไป เช่นเดียวกับเวลาที่ตั้งอยู่คงที่ไม่ได้ เวลาต้องเปลี่ยนไปทุกวินาที จะให้วินาทีนี้ตั้งอยู่ว่าอย่าเปลี่ยนไป ดั่งนี้หาได้ไม่ จะให้นาทีนี้ จะให้ชั่วโมงนี้ จะให้วันนี้เป็นต้นตั้งอยู่ ว่าวันนี้จงอยู่ที่นี่ อย่าเป็นพรุ่งนี้ดั่งนี้หาได้ไม่ เวลาต้องเปลี่ยนไปอยู่ทุกขณะ แม้ว่าจะแบ่งย่อยให้ละเอียดไปกว่าวินาทีอีกสักเท่าไหร่ก็ตาม เวลาไม่มีหยุด เปลี่ยนไปอยู่ทุกขณะ และเมื่อหยุดอยู่ไม่ได้ต้องเปลี่ยนไปอยู่ทุกขณะดังนี้ ทุก ๆ สิ่งเกิดแล้วจึงต้องดับ และถ้าหากว่าจะแบ่งย่อยให้ละเอียดแล้วก็เกิดดับอยู่ทุกวินาที แบ่งเวลาให้ละเอียดอีกก็ยิ่งเกิดดับเร็วเข้าไปอีก แต่ว่ามองด้วยตาเนื้อไม่เห็นละเอียด เห็นได้แต่หยาบ ๆ แต่ว่าเมื่อมองด้วยตาปัญญาตามเหตุและผล จึงจะเห็นได้อย่างละเอียดถึงความเกิดดับที่เป็นไปพร้อมกับเวลา และเมื่อเป็นดั่งนี้ จึงเป็นสิ่งที่เรียกว่าไม่เที่ยง เพราะถ้าเที่ยงแล้วก็ไม่ต้องดับ เพราะเหตุที่ต้องดับจึงไม่เที่ยง และเพราะไม่เที่ยงจึงเป็นทุกข์เพราะตั้งอยู่คงที่ไม่ได้ ต้องแปรปรวนเปลี่ยนแปลงไป และเพราะ

ไม่เที่ยงเป็นทุกข์ ต้องแปรปรวนเปลี่ยนแปลงไปจึงเป็นอนัตตาบังคับให้เป็นไปตามปรารถนาไม่ได้ ถ้าเป็นอัตตาก็จะบังคับกันได้ว่า ขอให้เป็นอย่างนี้ ขออย่าให้เป็นอย่างนั้น แต่จะบังคับให้เป็นไปดังนั้นไม่ได้ นี่เป็นสภาพธรรมดาที่เป็นสามัญลักษณะ ต้องหาวิธีคิดที่จะให้รู้จักสภาพธรรมดาที่เป็นเหตุผลเป็นไป กับสภาพธรรมดาที่เป็นสามัญลักษณะดั่งนี้ประกอบกัน

ใช้วิธีเทียบเคียง

ต่อจากนี้ก็ต้องหาวิธีคิดต่อไปอีกว่า ก็เมื่อสภาพธรรมดาเป็นดั่งนี้ จึงดูเหมือนว่าเป็นสักแต่ว่าตา สักแต่ว่ารูป สักแต่ว่าการเห็นรูป สักแต่ว่าหู สักแต่ว่าเสียง สักแต่ว่าการได้ยินเสียง สักแต่ว่าจมูก สักแต่ว่ากลิ่น สักแต่ว่าการทราบกลิ่น สักแต่ว่าลิ้น สักแต่ว่ารส สักแต่ว่าการทราบรส สักแต่ว่ากาย สักแต่ว่าสิ่งที่กายถูกต้อง สักแต่ว่าการทราบสิ่งที่ถูกหรือการถูกต้องนั้น สักแต่ว่ามโนคือใจ สักแต่ว่าเรื่องที่ใจรู้ใจคิด สักแต่ว่าการรู้เรื่องที่ใจรู้ใจคิดนั้น ดูก็จะเป็นของสักแต่ว่าหรือมาตรว่าเท่านั้น ก็คล้าย ๆ กับว่า อันรูปที่เห็น เสียงที่ได้ยิน กลิ่น รส โผฏฐัพพะที่ได้ทราบ และธรรมคือเรื่องราวที่ได้รู้เหล่านี้ สมมติเอาว่าสิ่งเหล่านี้อันใดที่ไม่ได้เห็นแล้ว ไม่ได้ยินแล้ว ไม่ได้ทราบแล้ว ไม่ได้รู้แล้วก็ดี ที่ไม่เคยเห็น ไม่เคยได้ยิน ไม่เคยทราบ ไม่เคยรู้แล้วก็ดี หรือที่มิได้เคยคิด มิได้คิดว่าเราจะพึงเห็น เราจะพึงได้ยิน เราจะพึงทราบ เราจะพึงรู้ก็ดี ถามตนเองว่า ฉันทะคือความพอใจก็ดี ราคะคือความติดใจยินดีก็ดี ความรักก็ดี จักพึงมีจักพึงเกิดขึ้นในรูปเสียงเป็นต้นเหล่านั้นหรือไม่ ก็จะตอบได้ว่าไม่เกิด คราวนี้ทำไมจึงเกิดในสิ่งเหล่านี้ที่ได้เห็น ได้ยินหรือได้ทราบ ได้รู้ ทำไมจึงไม่สักแต่ว่าเป็นการเห็น ไม่สักแต่ว่าเป็นการได้ยิน ไม่สักแต่ว่าเป็นการได้ทราบ ไม่สักแต่ว่าเป็นการได้รู้ ต้องตั้งปัญหาถามตนเองว่า ทำไมจึงเป็นอย่างนั้น ก็ต้องหาวิธีคิดตอบ และในการที่หาวิธีคิดตอบนั้น ก็ใช้วิธีคิดเทียบเคียงได้ด้วยว่า อันความพอใจความติดใจยินดีความรัก หรืออีกด้านหนึ่ง ความไม่พอใจความกระทบกระทั่งความชังอันตรงกันข้าม หาได้บังเกิดขึ้นในสิ่งเหล่านี้คือสิ่งที่ได้เห็น สิ่งที่ได้ยิน สิ่งที่ได้ทราบ สิ่งที่ได้รู้ทางมโนคือใจไปทุกอย่างไม่ มีเป็นอันมากที่ไม่เกิด เป็นต้นว่า ลมพัดมาทำให้บ้านเรือนของตนเองบ้าง ของผู้อื่นบ้างพังทะลายก็ดี หรือน้ำท่วมมาท่วมบ้านท่วมเรือนเรือกสวนไร่นาเสียหายไปก็ดี ไฟเกิดขึ้นไหม้สิ่งต่าง ๆ ตลอดจนถึงไหม้บ้านไหม้เรือนไหม้สิ่งต่าง ๆ จะเป็นของตนหรือของผู้อื่นก็ดี ก็เห็นก็ได้ยิน น้ำ ไฟ ลมเหล่านี้ แต่โดยปรกตินั้นก็ไม่เกิดรัก ไม่เกิดชังน้ำ ไฟ ลม เหล่านี้ แม้ไฟจะมาไหม้บ้านของตนเองก็ไม่เกิดการโกรธแค้นชังไฟ น้ำจะพัดมาท่วมก็ไม่โกรธน้ำ ลมจะพัดอะไรพังไปก็ไม่โกรธลม ทำไมจึงไม่โกรธ ก็ต้องถามตัวเองว่าทำไมจึงไม่โกรธสิ่งเหล่านี้ ก็เห็นเหมือนกัน ได้ยินเหมือนกัน ต้องหาคำตอบจากสิ่งเหล่านี้ ถ้าจะตอบตามพระพุทธภาษิตที่เป็นศาสนธรรม ก็เพราะไม่มีสังโยชน์ในสิ่งเหล่านี้ จึงไม่เกิดชอบ ไม่เกิดชัง ถ้ามีสังโยชน์คือความผูกในสิ่งเหล่านี้ ก็เกิดความชอบความชัง ถ้าไม่

เกิดสังโยชน์คือความผูกในไฟที่มาไหม้ ในน้ำที่มาท่วม ในลมที่มาพัดบ้านพังเรือน ก็ไม่มีความชอบความชังในน้ำ ไฟ ลม เหล่านี้ แต่ว่ามีสังโยชน์ขึ้นจึงเกิดความชอบหรือความชังขึ้น อันนี้เป็นคำตอบอันหนึ่งอาศัยศาสนธรรมข้อนี้ และก็มีวิธีคิดประกอบอีกว่ามีอะไรที่มาทำให้เกิดเป็นสังโยชน์ขึ้น และจะแก้อย่างไรต่อไป

๑๙ พฤศจิกายน ๒๕๒๒

ครั้งที่ ๒๒ อายตนะหก (ต่อ)

ธรรมที่เป็นศาสนธรรมที่กำลังแสดงอยู่ ก็คือตั้งสติตามดูตามรู้ตามเห็นอายตนะภายในอายตนะภายนอกและสังโยชน์ ซึ่งทั้งหมดนี้เป็นสัจจะ คือเป็นข้อที่มีอยู่เป็นไปอยู่จริง ทางกายและทางจิตใจของบุคคลทุก ๆ คน และในการที่จะฟังและนำมาปฏิบัติก็เป็นการไม่ยาก ตั้งสติกำหนดดูให้รู้จักตากับรูป หูกับเสียง จมูกกับกลิ่น ลิ้นกับรส กายและสิ่งที่กายถูกต้อง มโนคือใจ ธรรมคือเรื่องของเรื่องเหล่านั้น และตั้งสติกำหนดให้รู้จักสังโยชน์คือความผูกของจิตอาศัยอายตนะภายในภายนอกที่เป็นคู่กันเหล่านั้น กับทั้งให้รู้จักประการหรือทางที่สังโยชน์เกิดขึ้น ให้รู้จักประการหรือทางละสังโยชน์ ให้รู้จักประการหรือทางที่สังโยชน์ที่ละได้จะไม่บังเกิดขึ้นอีก ในการตั้งสติกำหนดให้รู้จักนี้ก็ต้องใช้โยนิโสมนสิการ คือปัญญาพิจารณาโดยแยบคาย คือให้รู้ถึงทางเป็นไปโดยเหตุและผล อันเป็นสภาพธรรมดาที่เป็นไปตามเหตุและผล และสภาพธรรมดาที่เป็นสามัญลักษณะดังที่กล่าว ในการใช้โยนิโสมนสิการก็ต้องรู้จักคิดให้รู้จักสภาพทั้งสองนั้นและอาจจะใช้วิธีเทียบเคียงดังที่ได้กล่าวแล้ว เช่นว่าเมื่อตากับรูป หูกับเสียงประจวบกันเป็นต้น ในบางสิ่งบางอย่างก็เกิดความชอบหรือความชัง ความยินดีหรือความยินร้าย ในบางอย่างก็ไม่เกิด เพราะอะไร ก็ให้พิจารณาหาเหตุผล และในการพิจารณาหาเหตุผลนี้ บางอย่างก็อาจจะคิดไม่ออก หรืออาจจะไม่ถูกต้อง ก็อาจที่จะถามพระพุทธเจ้าได้ ดังเช่นในข้อที่กำลังแสดงนี้จากอายตนปัพพะ ข้อที่ว่าด้วยอายตนะในพระสูตรสติปัฏฐาน พระพุทธเจ้าได้ตรัสเฉลยไว้แล้วว่า ให้รู้จักสังโยชน์คือความผูก ก็เป็นอันพระองค์ได้ตรัสเฉลยคือตอบเอาไว้แล้วซึ่งปัญหาดังกล่าวมานั้น คือเมื่ออายตนะภายในอายตนะภายนอกประจวบกันในสิ่งที่เกิดความชอบหรือความชัง ความยินดีหรือความยินร้าย ก็เพราะมีสังโยชน์คือความผูก แต่เมื่อไม่มีสังโยชน์คือความผูกก็จะไม่เกิดความชอบหรือความชัง ความยินดีหรือความยินร้าย

ศาสนธรรมและโยนิโสมนสิการ

อันที่จริงศาสนธรรมของพระพุทธเจ้านั้นเป็นคำเฉลยปัญหาต่าง ๆ อยู่อย่างสมบูรณ์ แต่ว่าบุคคลเป็นอันมากนั้นเมื่อเกิดปัญหาขึ้น ก็มักไม่คิดจะถามพระพุทธเจ้าหรือบางทีก็มิได้ใช้โยนิโสมนสิการก็ไม่พบประเด็นของปัญหาที่พึงถาม เพราะเมื่อไม่ใช้โยนิโสมนสิการก็มักหลงเข้าใจผิดไปต่าง ๆ คว้าผิดคว้าถูกในเรื่องทั้งหลาย จึงไม่พบประเด็นของปัญหาที่จะพึงถาม หรือว่าเมื่อพบก็ไม่ได้นึกถึงพระพุทธเจ้า ไม่ได้นึกที่จะถามพระพุทธเจ้า แต่ว่ามุ่งแก้ปัญหากันไปในที่อื่น วิ่งไปแสวงหาไต่ถามบุคคลอื่นเพื่อที่จะแก้ปัญหานั้น ๆ ก็จับผิดบ้างจับถูกบ้าง เพราะฉะนั้นผู้ปฏิบัติธรรมเมื่อประสบปัญหา หากได้นึกถึงพระพุทธเจ้าและไต่ถามพระพุทธเจ้าก็จะได้คำตอบอันถูกต้อง แต่ก็จะต้องใช้โยนิโสมนสิการ ถ้าไม่เช่นนั้นก็จะไม่สนใจถึงคำตอบของพระพุทธเจ้า ไม่พยายามที่จะเข้าใจคำ

ตอบของพระพุทธเจ้า ไม่รับคำตอบของพระพุทธเจ้า การที่จะถามพระพุทธเจ้านั้นก็คือฟังธรรมที่เป็นคำสั่งสอนของพระองค์ ที่แสดงคำสั่งสอนของพระองค์ ดังเช่นในอายตนปัพพะนี้ก็ได้ตรัสชี้ให้รู้จักสังโยชน์ ซึ่งสังโยชน์คือความผูกนี้ทำให้ยินดี ทำให้ยินร้าย ทำให้ชอบทำให้ชัง เพราะฉะนั้นก็ต้องใช้สติพิจารณาให้รู้จักสังโยชน์ที่บังเกิดขึ้น และก็พิจารณาให้รู้จักทางเกิดทางดับของสังโยชน์ตามที่ได้เคยสั่งสอนเอาไว้ และเมื่อแก้สังโยชน์คือป้องกันและดับเสียได้ ก็ดับความยินดีความยินร้ายป้องกันความยินดีความยินร้ายมิให้เกิดขึ้นในสิ่งทั้งหลายที่ประสบพบพานทางอายตนะนี้ได้

ฉะนั้น การหัดที่จะเฝ้าพระพุทธเจ้าด้วยการตั้งใจฟังธรรม และตั้งใจใช้ธรรมไปแก้ปัญหาต่าง ๆ ให้ถูกต้อง จึงเป็นสิ่งที่มีประโยชน์มาก สามารถจะจับเหตุจับผลได้โดยถูกต้อง แต่ก็ต้องใช้โยนิโสมนสิการ ต้องมีความเข้าใจ คราวนี้ก็ควรจะใช้โยนิโสมนสิการพิจารณาด้วยอีกว่า สังโยชน์คือความผูกดังกล่าวนี้ทำไมจึงไปผูกในบางอย่าง ไม่ผูกในบางอย่าง เช่นว่า ดิน น้ำ ไฟ ลมทั่ว ๆ ไป แม้เป็นดิน น้ำ ไฟ ลม ที่บังเกิดขึ้น ก่อให้เกิดความทุกข์ร้อน เช่น ไฟไหม้น้ำท่วมดังที่กล่าวมาแล้ว ทำไมจึงไม่เกิดความชอบหรือความชังในดินน้ำไฟลมเหล่านั้น ส่วนสิ่งอื่น ๆ ทำไมจึงเกิดความชอบหรือความชัง บางทีสิ่งอื่น ๆ เหล่านั้นก็มิได้อำนวยคุณมิได้อำนวยโทษให้เท่าใดนัก แต่ก็เกิดความชอบหรือความชัง แต่ว่าดินน้ำไฟลมดังกล่าวนั้นบางทีอำนวยคุณอำนวยโทษให้มากมายแต่ก็ไม่เกิดความชอบหรือความชังอย่างใด แสดงถึงว่ามิได้มีสังโยชน์คือความผูก คิดเทียบเคียงดูดั่งนี้ ศึกษาเข้าไปให้รู้จักอีกขั้นหนึ่งว่าทำไม เมื่อพิจารณาดั่งนี้โดยอาศัยศาสนธรรมที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงเอาไว้ ไม่ต้องไปศึกษาจากอาจารย์อื่น อาจารย์พระพุทธเจ้านี้แหละที่ได้ทรงแสดงเอาไว้นำเข้ามาพิจารณา

อันดิน น้ำ ไฟ ลม ที่ไม่ค่อยจะเกิดสังโยชน์ คือความผูกใจดังกล่าวหรือไม่เกิดเลยนั้น ก็เพราะว่าสักแต่ว่าเป็นดิน สักแต่ว่าเป็นน้ำ สักแต่ว่าเป็นไฟ สักแต่ว่าเป็นลม คนโดยมากมักมิได้คิดว่าดิน น้ำ ไฟ ลมเป็นนั่นเป็นนี่ นอกจากเป็นดิน เป็นน้ำ เป็นไฟ เป็นลมซึ่งเป็นโลกธาตุเท่านั้น แต่ว่าสิ่งอื่น ๆ นั้นคนเรามีความยึดถือว่าเป็นนั่นเป็นนี่ เช่นเป็นบุคคล เป็นสัตว์เดียรัจฉาน และเป็นบุคคลก็ยังเป็นบุคคลนั้นเป็นบุคคลนี้ เป็นเราเป็นเขา และยังมีเป็นของเราเป็นของเขาอยู่ในสิ่งเหล่านั้น ดิน น้ำ ไฟ ลม ทั่วไป ที่ไม่เกิดสังโยชน์คือความผูกพันนั้นก็ต้องหมายถึงว่า ดิน น้ำ ไฟ ลมที่เป็นโลกธาตุ โดยที่ไม่ได้ยึดถือว่าเป็นเราเป็นของเรา ดังเช่นน้ำที่มาท่วม ไฟที่มาไหม้ ก็ไม่ได้ยึดถือว่าเป็นเราเป็นของเรา แต่ว่าถ้าเป็นดินเป็นน้ำของเราขึ้นมาแล้ว ก็จะเกิดสังโยชน์ขึ้นมาเหมือนกัน เช่นว่าเป็นที่ดินของเรา เป็นที่ดินของเขา เป็นนาของเรา เป็นนาของเขา เป็นไร่ของเราเป็นไร่ของเขา เป็นน้ำในตุ่มของเรา เป็นน้ำในตุ่มของเขา เกิดเป็นเราเป็นเขาขึ้นมา ก็มีสังโยชน์คือความผูกเหมือนกัน

รู้สมมติบัญญัติในอายตนะ

ความเป็นเราเป็นเขา เป็นนั่นเป็นนี่ เป็นตัวเราของเราข้างต้นจึงเป็นสิ่งสำคัญ คือเป็นความยึดถือต่าง ๆ ที่ซ้อนความยึดถือ ซับซ้อนกันอยู่มากมาย แต่ว่าเมื่อมีความยึดถือที่ซับซ้อนกันอยู่นี้ แม้เพียงอันใดอันหนึ่ง ก็ทำให้เกิดสังโยชน์คือความผูก เกิดยินดียินร้าย เกิดชังเกิดชอบอย่างใดอย่างหนึ่งได้ เมื่อมีความยึดถือดังกล่าวนี้มาก ก็ย่อมจะมีความผูกมาก ยินร้ายมาก ชังชอบมาก คราวนี้อันความเป็นนั่นเป็นนี่ ตลอดจนถึงเป็นเราเป็นเขาดังกล่าวมานี้ย่อมมีอยู่หลายอย่างประกอบกัน อย่างหนึ่งก็คือสมมติบัญญัติ อีกอย่างหนึ่งก็คือความยึดถือในสมมติบัญญัตินั้น จึงควรจะเข้าใจคำว่าสมมติบัญญัติ เพราะคำนี้เป็นคำที่พูดอยู่ในศาสนธรรมเป็นอันมาก ก็เป็นคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้านั้นเองที่เป็นต้นเดิมของคำเหล่านี้

อันคำว่า "สมมติ" นั้น คนไทยเรานำมาใช้กันมากเหมือนกัน พูดว่าสมมุติบ้าง สมมติบ้าง ก็มักจะเข้าใจกันว่า เป็นลักษณะที่เป็นของเทียม ไม่ใช่เป็นของแท้ เช่น "สมมติว่า" ก็คล้ายกับว่า "ต่างว่า" เป็นการสมมติคือต่างว่า ซึ่งลักษณะดังกล่าวมานี้ก็เป็นลักษณะหนึ่งของสมมุติเหมือนกัน แต่ว่ายังไม่ตรงเป้าหมายทีเดียว อันความหมายที่เป็นเป้าหมายทีเดียวนั้น คำว่า "สมมติ" ได้แก่ "ความที่มีมติ คือความรับรู้ร่วมกัน ด้วยกัน หรือเสมอกัน" มาจากคำว่า สัมหรือสัมะ ที่แปลว่า ร่วมกัน ด้วยกัน หรือเสมอกัน กับมติ ซึ่งคำนี้ก็ใช้กันในภาษาไทย คือมีมติ ความรับรู้ร่วมกันด้วยกันเรียกว่า สมมติ

"บัญญัติ" นั้น ภาษาไทยเรามาใช้ว่าแต่งตั้ง หรือว่าตั้ง และก็ใช้ในภาษาทางศาสนา เช่น บัญญัติพระวินัย พระพุทธเจ้าทรงบัญญัติพระวินัย ก็คือแต่งตั้งพระวินัยขึ้น ในภาษาไทยก็ใช้เช่น บัญญัติกฎหมาย ตรากฎหมาย คำว่า สมมติ และบัญญัตินี้ที่ใช้ทางพระวินัยทางพุทธศาสนา พระพุทธเจ้าทรงบัญญัติพระวินัย ตราพระวินัยแต่งตั้งพระวินัยขึ้น เป็นกฎหมายสำหรับพระภิกษุสงฆ์ เป็นต้น และในพระวินัยนี้เองก็มีบัญญัติให้สมมติต่าง ๆ เช่น สมมติสีมา สมมติเจ้าหน้าที่ทำการสงฆ์ ในการสมมติสีมานั้น ก็คือการประกาศเขตสำหรับทำสังฆกรรมสำหรับพระสงฆ์ แต่ว่าพระสงฆ์จะต้องมีมติร่วมกัน มีมติเสมอกัน คือรับรองว่า ที่ตรงนี้เป็นสีมา คือเป็นเขตชุมนุมสำหรับประกอบสังฆกรรม จึงเรียกว่าสมมติ คือจะต้องมีมติรับรู้ร่วมกัน รับรองกันไม่ใช่คนเดียว สมมติเจ้าหน้าที่ทำการสงฆ์ก็เหมือนกัน ก็ให้ประชุมกันกำหนดให้ภิกษุสงฆ์รูปใดรูปหนึ่งปฏิบัติหน้าที่อย่างนั้นอย่างนี้ เช่นเป็นผู้แจกเสนาสนะให้พระถืออยู่ แจกจีวรเป็นต้น และพระสงฆ์ก็รับรอง คือมีมติเห็นชอบด้วยกัน ดั่งนี้เรียกว่าสมมติเจ้าหน้าที่ทำการสงฆ์ ฉะนั้นสมมติที่มีความหมายดังกล่าวมานี้จึงมิได้มีความหมายว่า เทียม หรือต่างว่า แต่หมายความว่า มีมติร่วมกัน รับรู้กัน

คราวนี้ในการบัญญัติพระวินัยนั้น บุคคลผู้เดียวบัญญัติได้ แต่งตั้งได้ ตราได้ อย่างพระพุทธเจ้าทรงแต่งตั้งพระวินัยด้วยพระองค์เอง ไม่ต้องขอรับความเห็นชอบจากสงฆ์ นี้คือบัญญัติ แต่มาถึงสิ่งที่ใช้ว่า สมมตินั้น มีมติร่วมกัน วินัยนั้นเองบัญญัติเอาไว้ว่า ให้สมมติ คือให้ประชุมกัน แล้วก็มีมติร่วมกัน ทำสิ่งนั้นทำสิ่งนี้ ตกลงสิ่งนั้นตกลงสิ่งนี้ แม้ในการอุปสมบทภิกษุ สงฆ์ที่ประชุมกันประกอบการอุปสมบทก็จะต้องมีมติร่วมกันด้วยกัน ก็เป็นสมมติภิกษุขึ้นมาตามพระวินัย ก็เหมือนสมมติเจ้าหน้าที่ทำการสงฆ์หรือสมมติขึ้นมานั่นแหละ และเมื่อเป็นภิกษุขึ้นมาแล้ว ประชุมกันประกอบสังฆกรรม ก็ต้องมีมติร่วมกันในกรรมนั้น ๆ ดั่งนี้ก็เป็นสมมติสงฆ์ขึ้นมา ซึ่งมีอธิบายอย่างนี้ ไม่ใช่หมายความว่า ตี่ต่างว่าเป็นภิกษุเป็นสงฆ์ คือเป็นสงฆ์เทียม ไม่ใช่หมายความอย่างนั้น แต่หมายความว่ามีมติร่วมกันเห็นชอบร่วมกัน นี้เป็นความหมายของคำว่าสมมติในที่นี้

คราวนี้ในทางธรรม คำว่าสมมตินั้นมีความหมายคลุมมาก ภาษาที่พูดนี้ก็เป็นสมมติ ดังสิ่งนี้เรียกว่ารถ สิ่งนี้เรียกว่าเรือน ผู้นี้เรียกว่าผู้หญิง ผู้นี้เรียกว่าผู้ชาย ดั่งนี้เป็นต้น ก็เป็นสมมติ คือเป็นคำที่แต่งตั้งขึ้นมาพูดเรียกและทุก ๆ คนก็รับรองพร้อมกัน คือมีมติเรียกร่วมกันว่านี่รถ นี่เรือ นี่ผู้หญิง นี่ผู้ชายเป็นต้น ไม่ใช่คนเดียว ถ้าเป็นคนเดียวเรียกจะเป็นสมมติขึ้นมาไม่ได้ เช่น คนใดคนหนึ่งจะเรียกกลับกันเสีย เช่นว่าเรียกรถว่าเรือน เรียกเรือนว่ารถ เรียกผู้หญิงว่าผู้ชาย เรียกผู้ชายว่าผู้หญิง อย่างนี้แล้วเป็นสมมติขึ้นมาไม่ได้ คือเรียกคนเดียว และถ้าใครไปเรียกอย่างนั้นเข้า คนอื่น ๆ ก็จะหาว่าสติวิปลาส เขาเรียกกันอย่างนี้ ไปเรียกอย่างนั้นไม่เข้าใจกัน เพราะฉะนั้นภาษาที่พูดทั้งหมดที่เข้าใจกันเป็นสมมติทั้งนั้น แม้ที่เรียกว่าเป็นผู้หญิงเป็นชายเป็นนั่นเป็นนี่ เป็นถ้อยคำที่ผูกเรียกกันขึ้นนั้น ก็เรียกเป็นสมมติทั้งนั้น แม้ว่าเป็นดินเป็นน้ำเป็นไฟเป็นลม ก็เป็นสมมติทั้งนั้นเหมือนกัน ที่ใช้เป็นภาษาที่เรียกที่พูดกัน และสมมติเหล่านี้ก็มีบัญญัติประกอบอยู่ด้วย คือจะต้องมีผู้ตั้งคำพูดขึ้นเรียก เช่นว่าตั้งให้สิ่งนี้เป็นดิน ตั้งให้สิ่งนี้เป็นน้ำ ตั้งให้สิ่งนี้เป็นลม ตั้งให้สิ่งนี้เป็นไฟ ตั้งให้สิ่งนี้เป็นรถ ตั้งให้สิ่งนี้เป็นเรือน เป็นต้น นี้เรียกว่าบัญญัติคือตั้งขึ้น ก็คล้าย ๆ กับว่าให้สิ่งนี้เป็นรถ สิ่งนี้ก็เป็นรถไป ให้สิ่งนี้เป็นเรือน สิ่งนี้ก็เป็นเรือนไป หรือคล้าย ๆ กับว่าเจ้าจงเป็นรถ เจ้าจงเป็นเรือน เจ้าจงเป็นดิน เจ้าจงเป็นน้ำ เหล่านี้เป็นบัญญัติ แต่ว่าบัญญัติเหล่านี้เมื่อคนทั้งหลายรับรองร่วมกันมีมติร่วมกัน เรียกร่วมกัน ก็เป็นสมมติขึ้นมา สมมติบัญญัติจึงต้องเป็นสิ่งที่คู่กันอยู่ดั่งนี้ จะต้องตั้งขึ้นมาก่อน มีมติร่วมกันก็เป็นสมมติ ถ้าไม่มีมติร่วมกัน ตั้งอยู่คนเดียวก็ไม่ได้เหมือนกัน เพราะฉะนั้นจึงต้องให้รู้จักสมมติ ให้รู้จักบัญญัติดังกล่าวมานี้ ว่าสิ่งทั้งหลายที่เข้าใจกันอยู่ที่เรียกร้องกันอยู่นี้เป็นสมมติบัญญัติทั้งนั้น

ละความยึดถือในสมมติบัญญัติ

ความยึดถือในสมมติบัญญัติอันนี้ว่าเป็นจริงเป็นจังอย่างแท้จริง เป็นเราเป็นเขา เป็นของเรา เป็นของเขา ซึ่งเป็นอวิชชา ตัณหา อุปาทาน ก็เป็นสังโยชน์ แต่ถ้ามีความรู้จักว่าเป็นสมมติเป็นบัญญัติ และก็ไม่ยึดถือในสมมติในบัญญัตินั้น พูดตามสมมติ พูดตามบัญญัติ เข้าใจตามสมมติ เข้าใจตามบัญญัติ ปฏิบัติให้ชอบต่อสมมติ ปฏิบัติให้ชอบต่อบัญญัติที่ปฏิบัติกันอยู่ แต่ว่าไม่ยึดถือ ถ้าเป็นดั่งนี้แล้วก็จะบรรเทาสังโยชน์ละสังโยชน์ได้ เหมือนอย่างตัวอย่าง ดิน น้ำ ไฟ ลม ที่ยกมานั้น ถ้าไม่ได้ยึดถือเป็นนั่นเป็นนี่ ไม่ได้เป็นของเราเป็นของเขา ไฟที่มาไหม้บ้านน้ำที่มาท่วม ลมที่พัดมาทำลายบ้านเรือนเหล่านี้เป็นต้น ก็ไม่โกรธดินน้ำไฟลมเหล่านี้ แม้ที่มาอุปการะก็ไม่ยินดี ไม่ติดใจในดินน้ำไฟลมเหล่านี้ เพราะไม่ได้ยึดถือเป็นเราเป็นเขา แต่คงเรียกว่าน้ำ ว่าไฟ ว่าลม อันเป็นสมมติบัญญัตินั้น เพราะฉะนั้นก็ให้พิจารณาเทียบเคียงดั่งนี้ในสิ่งทั้งหลายที่มาประสบ ให้รู้จักสมมติ ให้รู้จักบัญญัติ ปฏิบัติให้ชอบต่อสมมติ ปฏิบัติให้ชอบต่อบัญญัติแต่ว่าไม่ยึดถือ เหมือนอย่างที่ไม่ยึดถือในดิน น้ำ ไฟ ลม พิจารณาให้เห็นว่าเป็นดิน เป็นน้ำ เป็นไฟ เป็นลม คือเป็นโลกธาตุทั้งหมด ไม่ใช่เป็นเราเป็นเขาอย่างแท้จริง ดั่งนี้แล้วจะบรรเทาสังโยชน์ลงได้

๒๐ พฤศจิกายน ๒๕๒๒

ครั้งที่ ๒๓ อายตนะหก (ต่อ)

ปัญญาในธรรมนั้นจะพึงมีได้ด้วยโยนิโสมนสิการ การทำไว้ในใจโดยแยบคาย คือใช้ปัญญาพิจารณา เพราะปัญญานั้นก็มี ๒ อย่าง คือ ปัญญาที่เป็นส่วนเหตุและปัญญาที่เป็นส่วนผล ปัญญาที่เป็นส่วนเหตุนั้นได้แก่ปัญญาเป็นเครื่องพิจารณาที่ทุก ๆ คนมีอยู่เป็นพื้นด้วย อบรมสั่งสอนเพิ่มเติมขึ้นอีกด้วย ก็ใช้ปัญญาที่มีอยู่นี้พิจารณา นี้เป็นปัญญาส่วนเหตุ คือเป็นปัญญาที่เป็นเครื่องพิจารณา จึงได้ปัญญาที่เป็นส่วนผล คือเป็นความรู้ทั่วถึงเพิ่มเติมขึ้นไปอีก ปัญญาที่ใช้พิจารณานี้ คือพิจารณาจับเหตุจับผลให้พบเหตุพบผลตามความเป็นจริง จนถึงเหตุผลที่เป็นต้นเดิมเรียกว่า โยนิโสมนสิการ เพราะเหตุผลนั้นว่าถึงผลก็ย่อมมาจากเหตุ ผลเป็นสิ่งที่บังเกิดขึ้นภายหลัง เหตุเป็นสิ่งที่มีขึ้นก่อน ฉะนั้น เมื่อได้รับผลก็พิจารณาเพื่อให้พบเหตุของผลนั้น ดังนี้ก็ชื่อว่า พบต้นเดิมได้ คือเหตุเป็นต้นเดิมของผล และนอกจากนี้ยังมีเหตุผลที่บังเกิดซับซ้อนต่อเนื่องกันไปเป็นลูกโซ่อีกเป็นอันมาก ดังเช่นที่ตรัสแสดงไว้ในปฏิจจสมุปบาท คือธรรมที่อาศัยกันบังเกิดขึ้นเป็นเหตุเป็นผลซับซ้อนต่อกันไปเป็นลูกโซ่ ดังจะพึงกล่าวได้ว่า อันลูกโซ่นั้นก็มีห่วงแห่งลูกโซ่หลายห่วงโยงกันไปเป็นสาย ซึ่งอาจกล่าวได้ว่า ลูกโซ่ห่วงที่หนึ่งก็เป็นเหตุของลูกโซ่ห่วงที่สอง และลูกโซ่ห่วงที่สองนั้นเป็นผลของลูกโซ่ห่วงที่หนึ่ง และก็เป็นเหตุของลูกโซ่ห่วงที่สามต่อไปอีกดังนี้

การใช้ปัญญาจับเหตุจับผลในเรื่องทั้งหลายที่ซับซ้อนต่อเนื่องกันไปเป็นลูกโซ่นั้นให้พบตามความเป็นจริง ก็เป็นปัญญาที่เป็นส่วนผลที่พิจารณาให้พบถึงต้นเดิมเข้าไปโดยลำดับ ดังนี้คือโยนิโสมนสิการ ซึ่งจะต้องใช้ในการปฏิบัติธรรมควบคู่กันไปกับสมาธิและศีล และในอายตนะปัพพะข้อว่าด้วยอายตนะนี้ก็กล่าวได้ว่าเป็นข้อสำคัญในการปฏิบัติ ซึ่งพระพุทธเจ้าได้ตรัสแสดงไว้เป็นเอกเทศเกี่ยวกับการปฏิบัติทางอายตนะก็มีเป็นอันมาก ที่ตรัสแสดงรวมไว้กับธรรมหมวดอื่นก็มีเป็นอันมาก เช่นในมหาสติปัฏฐานสูตรที่แสดงมาโดยลำดับนี้จัดไว้ต่อจากขันธ์ห้า ในทางปฏิบัตินั้น ผู้ปฏิบัติทำสติในข้อนี้ไม่ต้องคำนึงถึงข้ออื่นในพระสูตรนี้ก็ได้ หยิกยกขึ้นมาทำสติปฏิบัติทางอายตนะโดยตรงก็เป็นการสะดวก ดังที่ได้แสดงมาในครั้งก่อน คือตั้งสติกำหนดให้รู้จักอายตนะภายในภายนอกแต่ละคู่ที่ประจวบกันตามที่เป็นไปอยู่ในปัจจุบันของตน และทำสติกำหนดให้รู้จักสังโยชน์ คือความผูกที่บังเกิดขึ้น เมื่อมีความยินดีหรือมีความยินร้ายในสิ่งที่ตาเห็น หูได้ยิน จมูกได้ทราบ ลิ้นได้ทราบ กายได้ทราบ และมโนคือใจได้รู้ ก็แสดงว่ามีสังโยชน์ สังโยชน์ คือความผูก เพราะความผูกนั้นเองจึงแสดงออกเป็นความยินดี เป็นความยินร้าย ก็ให้มีสติกำหนดดูให้รู้จัก และก็ดูให้รู้จักเหตุเกิดสังโยชน์ เหตุดับสังโยชน์ ตลอดจนถึงที่จะดับสังโยชน์มิให้บังเกิดขึ้นอีกต่อไป

ทางลัดไปสู่ความสิ้นทุกข์

อันเหตุเกิดสังโยชน์เมื่อสรุปแล้วก็กล่าวได้ว่า เพราะขาดสติที่กำหนดให้รู้จักสภาพที่เป็นกระบวนการเกิด และสภาพที่เป็นสามัญลักษณะดังที่ได้กล่าวแสดงในครั้งก่อนแล้วก็คือขาดโยนิโสมนสิการ สังโยชน์จะไม่เกิดหรือดับได้ก็เพราะมีโยนิโสมนสิการ โดยตั้งสติกำหนดให้รู้จักสภาพดังกล่าว แต่เมื่อจะแสดงอีกโดยปริยายคือนัยะอันหนึ่ง สังโยชน์บังเกิดขึ้นก็เพราะมีความหลงยึดถืออยู่ในสมมติบัญญัติแห่งอายตนะนั้น สังโยชน์จะไม่เกิดหรือดับไปได้ก็เพราะมีสติกำหนดให้รู้จักสมมติบัญญัติแห่งอายตนะนั้นและไม่ยึดถือ ในพระสูตรหนึ่งได้มีภิกษุรูปหนึ่งซึ่งเป็นผู้บวชเมื่อแก่ ได้กราบทูลถามพระพุทธเจ้าถึงข้อปฏิบัติดังจะเรียกว่าเป็นทางลัด คือขอให้ตรัสแสดงบอกโดยย่อ พระพุทธองค์ก็ตรัสสอนให้ปฏิบัติทำความรู้เกี่ยวกับอายตนะนี้ เก็บความมาแสดงได้ว่าทีแรกได้ตรัสถามให้ระลึกดูก่อนว่า รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะคือสิ่งที่ถูกต้อง และเรื่องราวที่มิได้เคยประสบมาก่อน คือมิได้ประสบแล้วมาก่อน และที่มิได้ประสบอยู่ในปัจจุบันและที่มิได้คิดว่าเราจะพึงประสบ จะมีความพอใจ ติดใจ ความรักในสิ่งเหล่านั้นหรือไม่ ภิกษุนั้นก็กราบทูลว่าไม่มี จึงได้ตรัสสอนต่อไปว่า แม้ในรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะคือสิ่งถูกต้องและเรื่องราวทั้งหลายที่ได้ประสบทั้งปวง ก็ให้เป็นสักแต่ว่าเห็นในการเห็นหรือในรูปที่เห็น ให้เป็นสักแต่ว่าได้ยินในเสียงที่ได้ยินหรือในการได้ยิน ให้เป็นสักแต่ว่าทราบในการทราบกลิ่น รส โผฏฐัพพะ หรือในกลิ่น รส โผฏฐัพพะที่ทราบ ให้เป็นสักแต่ว่ารู้ในการรู้หรือในเรื่องราวที่รู้ทางมโนคือใจ เพราะเหตุที่ว่าถ้าจักมีสักแต่ว่าเห็น สักแต่ว่าได้ยิน สักแต่ว่าได้ทราบ สักแต่ว่าได้รู้ดังนี้แก่ท่าน ท่านก็จะไม่มีด้วยการเห็นหรือสิ่งที่เห็น การได้ยินหรือสิ่งที่ได้ยิน การทราบหรือสิ่งที่ได้ทราบ การรู้หรือสิ่งที่ได้รู้นั้น เพราะเหตุที่ท่านจักไม่มีด้วยสิ่งเหล่านั้น ท่านก็จักไม่มีในสิ่งเหล่านั้น เมื่อท่านจักไม่มีในสิ่งเหล่านั้น ท่านก็จักไม่มีในโลกนี้ ไม่มีในโลกหน้า ไม่มีโลกในโลกทั้งสองนั้น นี้คือที่สุดแห่งทุกข์ดังนี้

นี้เป็นพระพุทธโอวาทที่ตรัสโดยสังเขป เรียกว่าเป็นทางปฏิบัติทางลัดอันนำไปสู่ความสิ้นทุกข์ แต่ว่าการที่จะปฏิบัติเดินทางลัดไม่ใช่ของง่ายสำหรับการไม่ใช้โยนิโสมนสิการ และโดยปรกตินั้นคนเป็นอันมากก็ไม่ใช้โยนิโสมนสิการ ฉะนั้น แม้จะมีทางลัดก็ไม่เดินทางลัด แต่เดินทางวัฏฏะ เหมือนดั่งเดินวนโบสถ์หรือเวียนโบสถ์ แต่ว่าไม่เข้าโบสถ์ ดังนั้นแม้จะเวียนโบสถ์อยู่กี่รอบนานเท่าใดก็คงไม่เข้าโบสถ์อยู่นั่นเอง ต่อเมื่อเลิกเวียนเข้าโบสถ์จึงเป็นอันว่าบรรลุถึง คนเป็นอันมากนั้นชอบเดินวนอันเป็นวัฏฏะดังกล่าว ก็คือเดินวนอยู่ในสมมติบัญญัติของการเห็นหรือสิ่งที่เห็น การได้ยินหรือสิ่งที่ได้ยินนั้น

สรุปสมมติบัญญัติ

อันสมมติบัญญัตินั้นได้แสดงครั้งหนึ่งแล้ว แต่เมื่อจะสรุปในที่นี้อีกก็สรุปได้ว่า คำว่าบัญญัติอย่างหนึ่งก็ใช้ในความหมายว่า การบอก การแสดง การบัญญัติคือแต่งตั้ง การกำหนด การเปิดเผย การจำแนก การกระทำให้แจ้ง ซึ่งสภาพหรือความจริงอันใดอันหนึ่งหรือสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ดังที่ได้มีแสดงไว้ในธรรมนิยามสูตรว่า ธาตุนั้นคือความตั้งอยู่แห่งธรรมอันเรียกว่า ธรรมฐิติ ความกำหนดแน่แห่งธรรมอันเรียกว่า ธรรมนิยาม คือความที่สังขารทั้งปวงไม่เที่ยง สังขารทั้งปวงเป็นทุกข์ ธรรมทั้งปวงเป็นอนัตตา ย่อมตั้งอยู่อย่างนี้ตลอดไป พระตถาคตพุทธเจ้าจะทรงอุบัติขึ้นก็ตาม ไม่ทรงอุบัติขึ้นก็ตาม ธาตุนั้นที่เป็นธรรมฐิติ ธรรมนิยามดังกล่าวก็ตั้งอยู่อย่างนี้ แต่ว่าเมื่อพระตถาคตพุทธเจ้าทรงอุบัติขึ้น ก็คือได้ตรัสรู้ธาตุนั้นที่เป็นธรรมฐิติ ธรรม-นิยามนั้น เมื่อตรัสรู้แล้วก็ได้ทรงบอก ทรงแสดง ทรงบัญญัติ ทรงกำหนด ทรงเปิดเผย ทรงจำแนก ทรงกระทำให้ตื้นว่า สังขารทั้งหลายทั้งปวงไม่เที่ยง สังขารทั้งหลายทั้งปวงเป็นทุกข์ ธรรมทั้งหลายทั้งปวงเป็นอนัตตา ดังนี้

ฉะนั้น ธรรมที่พระพุทธเจ้าได้ตรัสรู้แล้ว ได้ทรงแสดงให้ปรากฏจึงเป็นบัญญัติของพระพุทธเจ้าแต่ละข้อแต่ละบท เมื่อทรงแสดงทรงบัญญัติขึ้นดังนี้ เราทั้งหลายจึงได้ทราบธรรมที่ทรงแสดงทรงบัญญัติขึ้นนี้ นี้เป็นความหมายของคำว่าบัญญัติทั่วไป และเมื่อพระพุทธศาสนาแยกออกเป็น ๒ คือเป็นธรรมและเป็นวินัย จึงได้ใช้คำว่าแสดงสำหรับธรรมดังที่พูดกันว่าแสดงธรรม และใช้คำว่าบัญญัติสำหรับวินัย ดังที่พูดกันว่าบัญญัติวินัย ดังนี้ แต่เมื่อกล่าวรวม ๆ แล้ว คำว่าบัญญัตินั้นก็ใช้รวมกันไปกับคำว่าแสดงดังกล่าวอ้างธรรมนิยามสูตรนั้น และคำว่าบัญญัตินั้นก็ใช้หมายถึงภาษาที่พูดง่าย ๆ ด้วย ก็เป็นบัญญัติแต่ละคำพูด ทั้งนี้ก็เพื่อสำหรับจะให้หมายรู้กัน คำว่าสมมตินั้น อย่างหนึ่งก็แปลว่ามีมติร่วมกัน คือรับรู้ด้วยกัน ดังที่พระพุทธเจ้าทรงบัญญัติพระวินัยขึ้นก่อน ให้สงฆ์สมมติเจ้าหน้าที่ทำการสงฆ์ สงฆ์ก็เสนอพระภิกษุรูปหนึ่งเป็นเจ้าหน้าที่ทำการสงฆ์เรื่องนั้น ๆ และภิกษุทุกรูปที่ประชุมกันก็มีมติร่วมกันรับรอง ดังนี้ก็เป็นสมมติขึ้น คือมีมติร่วมกันรับรองขึ้น และแม้ในพระสูตรที่แสดงถึงความเกิดขึ้นของพระมหา-กษัตริย์พระองค์แรก ก็เรียกว่า พระมหาสมมติราช ก็คือปวงชนมีมติร่วมกันยกขึ้นเป็นพระราชามหากษัตริย์ เป็นผู้ปกครอง เพราะว่าในหมู่ชนเมื่ออยู่รวมกันก็ย่อมจะต้องมีผู้ปกครอง จึงทรงเป็นพระมหาสมมติราช และแม้ภิกษุสงฆ์ที่ประชุมกันทำสังฆกรรมตามพระวินัย ภิกษุแต่ละรูปนั้นก็อุปสมบทขึ้นตามพระวินัยบัญญัติในพิธีอุปสมบทสำเร็จด้วยสงฆ์มีมติรับรองร่วมกัน ภิกษุแต่ละรูปที่ประชุมกันประกอบสังฆกรรมจึงเป็นสมมติสงฆ์ นี้เป็นความหมายของสมมติที่แรก และแม้สิ่งที่บัญญัติขึ้นนั้น ตัวอย่างเช่นภาษาที่บัญญัติขึ้นพูดดังในภาษาไทยเรียกสิ่งนี้ว่าต้นไม้

เรียกสิ่งนี้ว่าภูเขาเป็นต้น คนทั้งปวงก็มีมติรับรองร่วมกันและก็เรียกร่วมกันว่าต้นไม้ ว่าภูเขาดังนี้ คำที่บัญญัติขึ้นมาก็เป็นสมมติขึ้นมา คือมีมติร่วมกัน

ฉะนั้น ตามความหมายเดิมนี้สมมติบัญญัติจึงต่อเนื่องกัน สมมติบางอย่างก็ต้องบัญญัติขึ้นก่อนให้สมมติก็ต้องสมมติขึ้น และบางอย่างเมื่อบัญญัติขึ้นก็เป็นสมมติต่อมา คือมีมติรับรองร่วมกัน ตามนัยะนี้บัญญัตินั้นบุคคลเดียวกระทำได้ ดังพระพุทธเจ้าพระองค์เดียวทรงแสดงธรรมทรงบัญญัติพระวินัย แต่ว่าสมมตินั้นจะต้องมากคน คือคนทั้งหลายจะต้องมีมติร่วมกัน และก็รับรองร่วมกัน ดังภาษาบัญญัติว่าต้นไม้ คนทั้งปวงก็เรียกว่าต้นไม้ด้วยกัน ถ้าจะมีใครภายหลังไปบัญญัติว่าอย่างอื่น เรียกต้นไม้ว่าภูเขา คนอื่นก็ไม่เรียกตาม ใครไปบัญญัติแผลงขึ้นดังนั้นก็กลายเป็นคนวิกล สมมติจึงเป็นสิ่งที่ทุกคนจะต้องร่วมกันหรือคนส่วนมากร่วมกันรับรอง มีมติร่วมกันดังกล่าว นี่เป็นความหมายที่แรก

สมมติสัจจะ

ความหมายที่ใช้อีกอย่างหนึ่ง ในคำว่าสมมติสัจจะ ปรมัตถสัจจะ สมมติสัจจะ ความจริงโดยสมมติ ปรมัตถสัจจะ ความจริงโดยปรมัตถ์คืออย่างยิ่ง คำว่า "สมมติ" ในคำว่าสมมติสัจจะนี้มีความหมายว่าสิ่งที่มิใช่เป็นความจริงโดยแท้จริง แต่ว่ายกกันขึ้นว่าเป็นสิ่งนั้นเป็นสิ่งนี้ เรียกว่าสมมติ ดังมีพระพุทธภาษิตที่ตรัสเอาไว้แปลความว่า เพราะประกอบสัมภาระต่าง ๆ เข้าด้วยกัน เสียงว่ารถจึงมีขึ้น เมื่อขันธ์ทั้งหลายยังมีอยู่ สมมติว่าสัตว์ก็มีขึ้นดังนี้ คือคำว่าสัตว์ หรือสัตว์บุคคลตัวตนเราเขานี้เป็นสิ่งที่ไม่มีอยู่จริง แต่ว่าสมมติขึ้น คือเมื่อขันธ์ทั้งหลายมีอยู่ ก็สมมติขึ้นว่าเป็นสัตว์บุคคลตัวตนเราเขา สิ่งที่ไม่มีอยู่จริงแต่ว่าไปแต่งตั้งขึ้น ยกขึ้น กล่าวขึ้นว่าเป็นนั่นเป็นนี่ ดังนี้เรียกว่าเป็นสมมติ และเมื่อเป็นสมมติซึ่งเป็นสิ่งที่คนทั้งหลายก็รับรองว่าร่วมกันดังนี้ ก็เป็นสัจจะคือความจริงขึ้นอย่างหนึ่ง เรียกว่าสมมติสัจจะ สัจจะโดยสมมติ อันความจริงโดยสมมติที่เรียกว่าสมมติสัจจะนี้ ตรงกับที่เรียกว่าอวิชชมานบัญญัติ คือบัญญัติแต่งตั้งขึ้นด้วยสิ่งที่ไม่มี คือบัญญัติแต่งตั้งขึ้นให้เป็นสัตว์บุคคลตัวตนเราเขา เป็นต้นไม้ เป็นภูเขาเป็นต้น ซึ่งสิ่งเหล่านี้ไม่มีอยู่จริงแต่ว่าบัญญัติแต่งตั้งขึ้นเรียกว่าอวิชชมานบัญญัติ บัญญัติด้วยสิ่งที่ไม่มีก็คือสมมติสัจจะนั้นเอง

ปรมัตถสัจจะ

อีกอย่างหนึ่ง ปรมัตถสัจจะ ความจริงโดยปรมัตถ์คือมีอรรถอย่างยิ่ง คือเป็นความจริงโดยแท้จริง ได้แก่ที่แสดงเป็นขันธ์ เป็นอายตนะ เป็นธาตุ เป็นอินทรีย์ เป็นสัจจะทั้งหลายเหล่านี้เป็นสิ่งที่มีอยู่ ขันธ์ห้าก็เป็นสิ่งที่มีอยู่ อายตนะภายในภายนอกก็มีอยู่ ธาตุทั้งหลายก็มีอยู่ เช่น

ธาตุ ๑๘ อินทรีย์ทั้งหลายก็มีอยู่ สัจจะทั้งหลายคืออริยสัจจ์สี่ก็มีอยู่ หรือกล่าวตามธรรมนิยามสูตร ธาตุนั้นคือที่เป็นธรรมนิยาม ธรรมฐิติว่า "สังขารทั้งปวงไม่เที่ยง สังขารทั้งปวงเป็นทุกข์ ธรรมทั้งปวงเป็นอนัตตา" ก็มีอยู่ ก็บัญญัติแสดงสิ่งที่มีอยู่นี้ขึ้นว่านี่เป็นขันธ์ นี่เป็นธาตุ นี่เป็นอายตนะข้อนั้น ๆ เป็นต้น ดังนี้ เป็นปรมัตถสัจจะ ความจริงโดยปรมัตถ์ และความจริงโดยปรมัตถ์นี้ก็เรียกว่าเป็นวิชชมานบัญญัติ คือเป็นบัญญัติด้วยสิ่งที่มีอยู่ ฉะนั้น สัจจะจึงมี ๒ คือ สมมติสัจจะ ความจริงโดยสมมติ ปรมัตถสัจจะ ความจริงโดยปรมัตถ์ สัจจะ ๒ ดังนี้ บัญญัติมี ๒ คือ อวิชชมานบัญญัติ บัญญัติด้วยสิ่งที่ไม่มีอยู่ วิชชมานบัญญัติ บัญญัติด้วยสิ่งที่มีอยู่ และอวิชชมานบัญญัติ บัญญัติด้วยสิ่งที่ไม่มีอยู่ ก็เป็นสมมติสัจจะ ส่วนวิชชมานบัญญัติ ก็เป็นปรมัตถสัจจะ สัจจะทั้ง ๒ และบัญญัติทั้ง ๒ นี้ก็มีอรรถ คือความหมายตรงกัน

พระพุทธศาสนาแสดงรับรองสัจจะทั้ง ๒ และแสดงรับรองบัญญัติทั้ง ๒ การจะพูดจาและการจะปฏิบัติก็ต้องปฏิบัติให้ถูกสัจจะทั้ง ๒ และบัญญัติทั้ง ๒ แต่สอนมิให้ยึดถือ สอนให้พูดให้ปฏิบัติให้เหมาะแก่สัจจะและบัญญัติทั้ง ๒ นี้ แต่มิให้ยึดถือ เพราะว่าความยึดถือนี้เป็นความยึดถือผิด เช่นยึดถือสมมติสัจจะว่าเป็นจริงเป็นจัง หรือยึดถือในอวิชชมานบัญญัติ บัญญัติด้วยสิ่งที่ไม่มีอยู่ว่าเป็นจริงเป็นจังเป็นความถือผิด เป็นความยึดผิดซึ่งเป็นความเห็นผิด เพราะฉะนั้นจึงให้หัดปฏิบัติ เมื่อดูอะไรเมื่อฟังอะไรก็ให้รู้ว่าสมมติเป็นอย่างไร ปรมัตถ์เป็นอย่างไร บัญญัติเป็นอย่างไร แต่มิให้ยึดถือว่าเป็นนั่นเป็นนี่ และมีความยินดียินร้ายในสมมติบัญญัตินั้น ๆ เมื่อเป็นดังนี้จึงจะเป็นการปฏิบัติตนตามที่ตรัสสอนไว้ว่า เห็นก็สักแต่ว่าเห็น ได้ยินก็สักแต่ว่าได้ยิน ได้ทราบก็สักแต่ว่าได้ทราบ ได้รู้ก็สักแต่ว่าได้รู้ เมื่อทำจิตใจดังนี้ก็เป็นอันปฏิบัติละสังโยชน์ ป้องกันสังโยชน์ ดับสังโยชน์ นี้ได้

๒๗ พฤศจิกายน ๒๕๒๒

ครั้งที่ ๒๔ อายตนะหก (ต่อ)

ความหยั่งรู้ในธรรม

อันปัญญาในธรรมนั้นโดยปริยายคือทางอันหนึ่ง ก็ได้แก่ ธมฺเม ญาณํ ญาณคือความหยั่งรู้ในธรรม อันได้แก่ในธรรม คือสัจจะทั้งสี่ และในนิโรธธรรม ญาณในธรรมคือสัจจะทั้งสี่นั้นก็ได้แก่ในทุกขสัจจะ สภาพที่จริงคือทุกข์ สมุทัยสัจจะ สภาพที่จริงคือสมุทัย เหตุให้เกิดทุกข์ นิโรธสัจจะ สภาพที่จริงคือนิโรธ ความดับทุกข์ มรรคสัจจะ สภาพที่จริงคือมรรค ทางปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ จะพึงหมายถึงญาณในมรรค คือสัจจะทั้งสี่ที่เป็นส่วนมรรค กับในนิโรธธรรม ธรรมคือนิโรธความดับ จะพึงหมายถึงผล ฉะนั้น จึงมีสรุปอีกว่า ธมฺเม ญาณํ ญาณคือความหยั่งรู้ในธรรมหมายถึงในมรรคและผล นี้เป็นข้อที่หนึ่ง

ความหยั่งรู้ในอนุคติ

อนฺวเย ญาณํ ญาณคือความหยั่งรู้ในอนุคติ คือในการดำเนินไปตามญาณข้อแรกนั้น เป็นญาณคือความหยั่งรู้ที่อำนวยต่อญาณข้อแรก อธิบายที่เกี่ยวเนื่องกันว่า ญาณคือความหยั่งรู้ในธรรม คือสัจจะธรรม นิโรธธรรม หรือในมรรคและผลข้อแรกดังกล่าวเป็นญาณคือความหยั่งรู้ในธรรมที่ประจักษ์จำเพาะหน้า ส่วน อนฺวเย ญาณํ ความหยั่งรู้ในอนุคติ การไปตามญาณข้อแรก หรืออำนวยต่อญาณข้อแรกนั้นก็หมายถึงความหยั่งรู้ว่าในปัจจุบันอันเป็นสัจจะที่ประจักษ์ หรือเป็นธรรมที่ประจักษ์ฉันใด ในอดีตก็ฉันนั้น ในอนาคตก็ฉันนั้น ก็คือว่า ขันธ์เป็นที่ยึดถือทั้งห้าเหล่านี้ นี้แหละเป็นตัวทุกข์ ตัณหาคือความดิ้นรนทะยานอยากนี้แหละเป็นตัวสมุทัย เหตุให้เกิดทุกข์ ความดับตัณหาเสียได้นี้แหละเป็นตัวนิโรธ ความดับทุกข์ ทางที่มีองค์แปด มีสัมมาทิฏฐิเป็นต้นนี้แหละเป็นมรรค ทางปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ ไม่ว่าจะในอดีต ไม่ว่าจะในอนาคต ไม่ว่าจะในปัจจุบันก็ย่อมเป็นอย่างนี้ ฉะนั้น ญาณที่ประจักษ์ในปัจจุบันในสัจจะเหล่านี้เป็นฉันใด ในอดีตก็เป็นสัจจะเหมือนอย่างนี้ฉันนั้น ในอนาคตก็จะเป็นสัจจะเหมือนอย่างนี้ฉันนั้นไม่แตกต่างกัน ดังนี้ เรียกว่า อนฺวเย ญาณํ ญาณในความที่ไปตามกัน หรืออำนวยกันในสัจจะที่เป็นอย่างเดียวกัน ไม่แตกต่างกันเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า อนุมานญาณ และญาณคือความหยั่งรู้ดังนี้ย่อมมีแสดงไว้ในพระสูตรทั้งหลาย ดังเช่นที่ตรัสสอนให้หยั่งรู้ในขันธ์ห้าว่าเป็นอนัตตา เพราะต้องเป็นไปเพื่ออาพาธ บังคับให้เป็นไปตามปรารถนามิได้ และก็ได้ตรัสซักซ้อมว่า ขันธ์ห้าเที่ยงหรือไม่เที่ยง ก็กราบทูลตอบว่าไม่เที่ยง ก็ตรัสถามว่า สิ่งใดไม่เที่ยงสิ่งนั้นเป็นทุกข์หรือเป็นสุข ก็กราบทูลว่าเป็นทุกข์ ก็ตรัสถามว่า สิ่งใดที่ไม่เที่ยงเป็นทุกข์ต้องมีความแปรปรวนเปลี่ยนไปเป็นธรรมดา ควรหรือที่จะตามเห็นสิ่งนั้นว่าเป็นของเรา เราเป็นสิ่งนั้น สิ่งนั้นเป็นอัตตาตัวตนของ

เรา ก็กราบทูลว่าไม่ควรเห็นอย่างนั้น เมื่อกราบทูลตอบเช่นนั้นก็แสดงว่า ผู้ฟังได้ญาณคือความหยั่งรู้ เข้าเขต **ธมฺเม ญาณํ** ญาณหยั่งรู้ในธรรมคือสัจจะข้อแรก

ต่อจากนั้นก็ตรัสสรุปว่า รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ อย่างใดอย่างหนึ่งในอดีต ในอนาคต หรือในปัจจุบันก็ตาม ภายในหรือภายนอกก็ตาม หยาบหรือละเอียดก็ตาม เลวหรือประณีตคือดีก็ตาม ตั้งอยู่ในที่ไกลหรือในที่ใกล้ก็ตาม รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณทั้งหมดไม่ใช่เป็นของเรา เราไม่ใช่เป็นรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณมิใช่เป็นอัตตาตัวตนของเรา เป็นการตรัสสอนเพื่อให้ได้ **อนฺวเย ญาณํ** ญาณคือความหยั่งรู้ในสิ่งที่เป็นอย่างเดียวกันทุก ๆ อย่างซึ่งเป็นไปตามกันอำนวยกัน คือสรุปทั้งหมดดังนี้ก็เป็นญาณข้อที่สองนี้

ความหยั่งรู้ในกำหนด

ปริจฺเฉเท ญาณํ ญาณคือความหยั่งรู้ในการกำหนด อันหมายถึงกำหนดรู้จิต จิตมีราคะหรือปราศจากราคะก็รู้ จิตมีโทสะหรือปราศจากโทสะก็รู้ จิตมีโมหะหรือปราศจากโมหะก็รู้ จิตหดหู่หรือฟุ้งซ่านก็รู้ จิตใหญ่หรือไม่ใหญ่ก็รู้ จิตยิ่งหรือไม่ยิ่งก็รู้ จิตตั้งมั่นเป็นสมาธิหรือไม่ตั้งมั่นเป็นสมาธิก็รู้ จิตวิมุตติหลุดพ้นหรือไม่วิมุตติหลุดพ้นก็รู้ เป็นข้อสาม

ความหยั่งรู้ในสมมติ

สมฺมติ ญาณํ ญาณคือความหยั่งรู้ในสมมติเป็นข้อสี่

เมื่อสรุปเข้าแล้วก็เท่ากับหยั่งรู้ในสมมติสัจจะและในปรมัตถสัจจะนั้นเอง คือรู้จักสมมติสัจจะโดยความเป็นสมมติสัจจะก็เป็นญาณข้อที่สี่ รู้จักปรมัตถสัจจะโดยความเป็นปรมัตถสัจจะก็เป็นญาณข้อที่หนึ่ง ที่สอง ที่สาม ดังกล่าวมานั้น

เมื่อมีความหยั่งรู้ดังนี้ ย่อมไม่ยึดถืออยู่ในสิ่งที่รู้นั้น ญาณคือความหยั่งรู้ดังนี้ แม้จะแสดงไว้เป็นอย่างสิ้นเชิงหรือถึงที่สุด แต่ว่าในทางปฏิบัตินั้นจะให้ถึงที่สุดทีเดียวย่อมเป็นไปไม่ได้ ต้องทำโยนิโสมนสิการ เพิ่มเติมปัญญาคือความรู้ หรือญาณคือความหยั่งรู้ไปโดยลำดับ เป็นการรู้ตามพระพุทธเจ้าที่ตรัสสั่งสอนไว้ ดังที่ยกมาแสดงนี้เป็นปรมัตถปัญญา ปัญญาโดยปรมัตถ์ก่อน และก็หัดปฏิบัติพิจารณาไปเพื่อมิให้ยึดถือในสมมติว่าเป็นเราเป็นของเราเป็นตัวตนของเรา เพื่อให้เข้าถึงปรมัตถสัจจะตามที่จะพึงเป็นไปได้ อันนี้เป็นความรู้ แต่ว่าการปฏิบัตินั้นต้องปฏิบัติให้เหมาะกับสมมติ เพราะสมมตินั้นแม้เป็นสมมติทางพุทธศาสนาก็ยกเป็นสัจจะอย่างหนึ่ง ดังที่เรียกว่าสมมติสัจจะนั้น เพราะเป็นสิ่งที่แม้จะไม่เป็นสัจจะที่แท้จริง แต่ก็เป็นสิ่งที่บุคคลทั้งปวงรับรู้ร่วมกันว่าเป็นอย่างนั้นเป็นอย่างนี้ เช่นเป็นสัตว์ เป็นบุคคล เป็นชายเป็นหญิง เป็นเด็กเป็น

ผู้ใหญ่ เป็นบรรพชิตเป็นคฤหัสถ์ เป็นนั่นเป็นนี่ อย่างอื่นต่าง ๆ และก็เป็นของเราเป็นของเขา ซึ่งคนทั้งปวงก็มีมติร่วมกัน รับรู้ร่วมกัน รับรองกันอยู่ว่าเป็นอย่างนั้นเป็นอย่างนี้ ทั้งภาษาที่พูดกันเรียกกันก็ต้องเป็นสมมติบัญญัติทั้งนั้น เพราะถ้าไม่มีสมมติบัญญัติก็ไม่มีภาษาที่จะพูด ก็เป็นอันไม่ต้องรู้เรื่องกัน ไม่เข้าใจกัน บรรดาส่วนที่เป็นภายนอกคือเป็นทางกายทั้งหมดเป็นสมมติทั้งนั้น

สมมติญาณ

พระพุทธเจ้าทรงแสดงธรรมสั่งสอนบัญญัติศีลบัญญัติวินัยทั้งหมดเกี่ยวแก่สมมติสัจจะทั้งสิ้น ตั้งต้นแต่ศีลห้า ก็เป็นอันรับรองว่ามีสัตว์มีบุคคลมีชีวิต จึงบัญญัติมิให้ฆ่าทำลายชีวิต บัญญัติศีลข้อที่สอง มิให้ลักทรัพย์ ก็เป็นอันรับรองว่ามีของเรามีของเขา เป็นการรับรองกรรมสิทธิ์ของทรัพย์สินต่าง ๆ บัญญัติศีลข้อที่สาม ก็เป็นอันรับรองเชื้อสายวงศ์ตระกูล จึงบัญญัติมิให้ล่วงละเมิดกัน บัญญัติศีลข้อที่สี่ มิให้พูดเท็จ ก็เป็นอันรับรองเรื่องทั้งหลายว่าอย่างนั้นถือว่าเป็นจริง เมื่อพูดอย่างนั้นก็ถือว่าพูดจริง เมื่อพูดไม่ตรงอย่างนั้น ก็ถือว่าพูดเท็จ บัญญัติศีลข้อที่ห้า ก็เป็นอันรับรองว่ามีสัตว์มีบุคคลมีน้ำเมา ดื่มเข้าไปก็มึนเมาเสียสติ ก็บัญญัติห้ามการดื่มน้ำเมา แม้ศีลของภิกษุทุกข้อก็เหมือนกัน เกี่ยวแก่สมมติสัจจะทั้งนั้น เป็นอันรับรองสมมติสัจจะ พระพุทธเจ้าทรงแสดงธรรม ภาษาที่ใช้ก็เป็นสมมติสัจจะหรือเป็นบัญญัติทั้งนั้น ก็ทรงใช้ถ้อยคำที่เขาสมมติเขาบัญญัติพูดไว้แล้วมาทรงใช้ มิใช่ทรงแต่งตั้งภาษาขึ้นใหม่ เอาภาษาที่เขาพูดไว้แล้วนั่นแหละมาทรงใช้ จึงฟังกันรู้เรื่อง ถ้าตั้งขึ้นใหม่แล้วใครก็ฟังไม่รู้เรื่อง เหล่านี้เป็นสมมติสัจจะทั้งนั้น

เพราะฉะนั้นทางร่างกาย ทางความเกี่ยวข้องซึ่งกันและกันก็ต้องปฏิบัติให้ชอบต่อสมมติสัจจะ จึงกล่าวได้ว่าศีลและวินัยทั้งหมดนี้เกี่ยวกับสมมติสัจจะ แม้ธรรมที่ทรงแสดงเป็นอันมากเพื่อที่จะให้อยู่ด้วยกันเป็นสุขร่วมกันก็ให้เหมาะแก่สมมติสัจจะ เช่นหน้าที่ซึ่งมารดาบิดาพึงประพฤติต่อบุตรธิดา หน้าที่ที่บุตรธิดาพึงประพฤติต่อมารดาบิดาเป็นต้นในทิศหก ก็เป็นอันรับรองสมมติสัจจะว่านั่นต้องนับถือเป็นพ่อเป็นแม่ นั่นก็ต้องนับถือว่าเป็นลูก นั่นก็ต้องนับถือว่าเป็นครูบาอาจารย์ นั่นก็ต้องนับถือว่าเป็นศิษย์ นั่นก็ต้องนับถือว่าเป็นสามี นั่นก็ต้องนับถือว่าเป็นภริยาดังนี้เป็นต้น เพื่อให้สังคมมนุษย์อยู่ด้วยกันมีความสงบสุข เหล่านี้ก็เป็นสมมติสัจจะทั้งนั้น การพูดก็พูดตามสมมติสัจจะหรือตามบัญญัติดังที่กล่าวแล้ว แต่ว่าก็ให้รู้จักให้เป็นสมมติญาณ ความหยั่งรู้ว่านั่นเป็นสมมติ และปฏิบัติให้ชอบต่อสมมติ แต่ทางจิตใจนั้นต้องปฏิบัติผ่อนคลายความยึดถือให้เข้าถึงปรมัตถสัจจะ ดังเช่นทุก ๆ คนมีสมมติสัจจะอยู่ด้วยกันหลายอย่าง เช่นเป็นหญิงเป็นชายชื่อนั่นชื่อนี่ มียศเป็นตำแหน่งอย่างนั้นอย่างนี้ และยังมีสมมติอื่น ๆ อีกหลายอย่างหลาย

ประการ เหล่านี้เป็นสมมติสัจจะ ก็ต้องให้มีสมมติญาณ คือความหยั่งรู้ในสมมตินี้ว่านี่เป็นสมมติ และเมื่อใครได้รับสมมติเป็นอย่างไรก็ปฏิบัติให้เหมาะ เช่นเป็นหญิงหรือเป็นชายก็ปฏิบัติให้เหมาะแก่ภาวะของหญิงหรือชาย เป็นพ่อ เป็นแม่ เป็นลูก ก็ปฏิบัติให้เหมาะแก่ฐานะเป็นพ่อ เป็นแม่ เป็นลูก ได้รับสมมติอย่างไรก็ปฏิบัติให้เหมาะแก่ภาวะอย่างนั้น เป็นบรรพชิตก็ปฏิบัติให้เหมาะแก่ภาวะเป็นบรรพชิต เป็นภิกษุ สามเณร คฤหัสถ์ อุบาสก อุบาสิกา ก็ปฏิบัติให้เหมาะตามที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอน แต่ในขณะเดียวกันก็ให้ศึกษาให้รู้จักปรมัตถสัจจะด้วยว่า อันที่แท้จริงนั้นเป็นเพียงสมมติแต่ละอย่าง

รู้ปรมัตถสัจจะ

ปรมัตถ์คือสัจจะที่แท้จริงนั้น ก็คือขันธ์ทั้งหลายประกอบกันอยู่ คือกองรูป กองเวทนา กองสัญญา กองสังขาร กองวิญญาณ รวมกองกันอยู่นี่ เพราะฉะนั้น อันที่จริงแล้วก็มีแต่ขันธ์ห้าร่วมกันอยู่ แยกออกไปอีกก็มีอายตนะภายในอายตนะภายนอกประจวบกันอยู่ ตากับรูป หูกับเสียง จมูกกับกลิ่น ลิ้นกับรส กายและโผฏฐัพพะ สิ่งที่กายถูกต้อง มโนคือใจ ธรรมคือเรื่องราวประจวบกันอยู่ ก็มีอายตนะประจวบกันอยู่ดังนี้ และก็อาจจะแยกเป็นธาตุ เป็นอินทรีย์เป็นต้นต่อไปได้อีก เพราะฉะนั้นจึงสักแต่ว่าเป็นขันธ์ สักแต่ว่าเป็นอายตนะ สักแต่ว่าเป็นธาตุเป็นต้น ไม่มีตัวเรา ไม่มีของเราอันแท้จริง หัดศึกษาให้รู้จักปรมัตถสัจจะดังนี้ทางจิตใจ และในการหัดศึกษานี้ก็หัดศึกษาได้เสมอ จับเอาอายตนะที่ประจวบกันนี่แหละในปัจจุบันธรรม เพราะอายตนะของทุก ๆ คนประจวบกันอยู่ทุกขณะ แม้แต่เวลาหลับ ตื่นขึ้นมาจนถึงหลับไปใหม่ อายตนะเหล่านี้ก็ประจวบกัน ตากับรูปก็ประจวบกันก็เป็นการเห็น หูกับเสียงประจวบกันก็เป็นการได้ยิน จมูกกับกลิ่น ลิ้นกับรส กายกับสิ่งที่กายถูกต้องประจวบกันก็เป็นการทราบ มโนคือใจและธรรมคือเรื่องราวที่บังเกิดขึ้นผุดขึ้นประจวบกันก็เป็นการรู้ ก็เป็นการเห็น การฟัง การทราบ การรู้ รูปบ้าง เสียงบ้าง กลิ่นบ้าง รสบ้าง โผฏฐัพพะคือสิ่งที่ถูกต้องทางกายบ้าง เรื่องราวทางใจบ้าง เหล่านี้ แต่ว่าโดยปรกตินั้นได้มีความผูกพันคือยึดถือเกินไปกว่าสิ่งที่ประจวบกันที่เป็นไปอยู่นี้ คือมิใช่สักแต่ว่าการเห็น มิใช่สักแต่ว่ารูปที่เห็น มิใช่สักแต่ว่าการได้ยิน มิใช่สักแต่ว่าเสียงที่หูได้ยิน มิใช่สักแต่ว่ากลิ่น รส โผฏฐัพพะที่ได้ทราบ มิใช่สักแต่ว่าเรื่องที่ได้รู้ทางมโนคือใจ แต่กลายเป็นตัวเราตัวเขา เป็นของเราเป็นของเขาซึ่งเป็นสมมติทั้งนั้น จึงได้เกิดความยินดียินร้ายอยู่ในสมมตินั้น เพราะสมมติจะโผล่ขึ้นมาทันที เมื่อเห็นรูปอะไรทางตา ก็มิใช่สักแต่ว่ารูป สักแต่ว่าการเห็นรูป แต่ว่าเป็นสมมติ เป็นผู้หญิงเป็นผู้ชาย เป็นคนนั้นเป็นคนนี้ เป็นคนที่เราชอบ เป็นคนที่เราชังขึ้นมาทันที เมื่อได้ยินก็มิใช่สักแต่ว่าได้ยิน มิใช่สักแต่ว่าเสียงที่

ได้ยิน ก็เป็นนินทา เป็นสรรเสริญ เป็นเรื่องนั้น เป็นเรื่องนี้ เป็นคนนั้นเป็นคนนี้ขึ้นทันที สมมติโผล่ขึ้นมาเต็มหมด บัญญัติโผล่ขึ้นมาเต็มหมด ดังนี้ จึงได้เกิดความยินดียินร้ายต่าง ๆ เกิดความทุกข์ต่าง ๆ

เพราะฉะนั้น ก็ควรหัดกลับไปสู่สัจจะที่เป็นปรมัตถ์ คือให้เป็นสักแต่ว่าการเห็น สักแต่ว่าการได้ยิน สักแต่ว่าเป็นรูปที่เห็น สักแต่ว่าเป็นเสียงที่ได้ยิน เป็นต้น เสียบ้างโดยไม่ยึดถือสมมติ ลบสมมติออกเสียบ้าง เมื่อลบสมมติออกได้มากแล้ว สังโยชน์คือความผูกก็จะลดลงได้มาก แต่ถ้าหากว่าเพิ่มเติมสมมติอยู่เสมอ สังโยชน์ก็จะผูกมาก คราวนี้พระพุทธเจ้าจึงได้ตรัสสอนให้ทำใจให้เหมือนอย่างไม่ได้เห็น ไม่ได้ยิน ดังที่ตรัสสอนถามถึงว่า ก็สิ่งที่ไม่ได้เห็น สิ่งที่ไม่ได้ยิน สิ่งที่ไม่เคยเห็น สิ่งที่ไม่เคยได้ยิน สิ่งที่ไม่ได้คิด นึกว่าจะเห็นจะได้ยิน จะเกิดความพอใจรักใคร่หรือไม่ ก็กราบทูลว่าไม่เกิดในสิ่งเหล่านั้น เพราะฉะนั้น ก็ตรัสสอนให้ทำใจเหมือนอย่างสิ่งเหล่านั้นบ้าง แม้ในสิ่งที่ได้เห็นสิ่งที่ได้ยินทั้งปวงเป็นต้น

พิจารณาสักแต่ว่าเป็นธาตุ

อีกอย่างหนึ่ง อาจพิจารณาเปรียบเทียบเหมือนอย่างตัวอย่างที่ให้มาแล้วว่า เมื่อไฟไหม้ น้ำท่วม แม้ไฟจะไหม้ทรัพย์สมบัติของตน น้ำจะท่วมทรัพย์สมบัติของตน แต่ก็ไม่โกรธไฟไม่โกรธน้ำ เพราะอะไร ก็อาจจะตอบได้ว่า เพราะมิได้ถือว่าน้ำไฟนั้นเป็นนั่นเป็นนี่ เป็นเราเป็นของเรา จึงไม่เกิดความชอบความชังในน้ำในไฟ ก็หัดให้เห็นสิ่งทั้งหลายจะเป็นรูป เป็นเสียง เป็นกลิ่น เป็นรส เป็นโผฏฐัพพะ เป็นเรื่องเป็นราวทั้งหลายก็ตามก็สักแต่ว่าเป็นธาตุ เหมือนอย่างธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ ธาตุลม อย่างนั้นบ้าง ไม่มีสมมติบัญญัติอย่างอื่นเข้ามาเกี่ยวข้อง หากทำได้ก็จะทำให้จิตใจคลายจากความผูกคือสังโยชน์นี้ และจะคลายจากทุกข์ร้อนลงได้มาก

๒๘ พฤศจิกายน ๒๕๒๒

ครั้งที่ ๒๕ โพชฌงค์เจ็ด

รู้วิชชา วิมุตติ

ธรรมที่จะแสดงในวันนี้คือ โพชฌงค์ทั้งเจ็ด โพชฌงค์นั้นเรียกกันสั้น ๆ ว่า โพชฌงค์ก็ได้ สัมโพชฌงค์ก็ได้ มาจากคำว่า สัม โพชฌ และอังคหรือองค์ แปลรวมกันว่า องค์แห่งความตรัสรู้พร้อม เพราะคำว่า โพชฌ นั้นก็มีมูลธาตุเป็นอันเดียวกับคำว่า พุทธ หรือโพธิ คำว่า โพธิ และคำว่า โพชฌ เป็นคำนามด้วยกันแปลว่า ความรู้หรือความตรัสรู้ ถ้าเป็นบุคคลก็เป็นพุทธ ที่แปลว่า ผู้รู้หรือผู้ตรัสรู้ คำแปลนี้ว่ารู้ก็ตาม ว่าตรัสรู้ก็ตาม ก็เพื่อให้เข้าใจ ถ้าแปลว่ารู้เฉย ๆ ก็ดูจะเป็นความรู้ธรรมดาก็ได้ แต่ว่ารู้ที่เป็นโพธิหรือเป็นโพชฌ ไม่ใช่เป็นรู้ธรรมดาหรือรู้อย่างสามัญ ฉะนั้นจึงใช้คำแปลอีกอย่างหนึ่งว่า ตรัสรู้ เมื่อใช้คำว่าตรัสรู้ ก็ทำให้เข้าใจว่าเป็นรู้ที่พิเศษที่เป็นอย่างยิ่ง ก็เคยมีปัญหาว่า รู้ที่เป็นสามัญนั้นรู้อย่างไร รู้ที่เป็นพิเศษที่เป็นอย่างยิ่งนั้นรู้อย่างไร ทางที่จะตอบปัญหานี้ก็มีหลายทาง แต่ทางหนึ่งที่คิดว่าสั้นที่สุดก็คือ รู้ธรรมดาสามัญนั้นเป็น "รู้ติด" แต่รู้ที่เป็นโพธิเป็นโพชฌนั้นเป็น "รู้พ้น" รู้ติดนั้นก็คือ รู้สิ่งใดก็ติดสิ่งนั้น ถ้าไม่รู้เสียอีกก็จะไม่ติด ดังเช่นรู้รูปก็ติดรูป รู้เสียงก็ติดเสียง รู้กลิ่น รู้รส รู้โผฏฐัพพะ สิ่งที่กายถูกต้อง รู้เรื่องราวทั้งหลาย ก็ติดกลิ่น ติดรส ติดโผฏฐัพพะ และติดเรื่องราวทั้งหลาย และเมื่อรู้ติดขึ้นมาแล้วก็มีกิเลสเป็นต้นว่า โลภ โกรธ หลง บังเกิดขึ้นตามความติดนั้น ยกตัวอย่างเช่น สมมติว่าบุคคลที่มีมรดกที่บิดามารดาหรือใครยกให้ก็ตาม เมื่อยังไม่รู้ว่าได้มรดกก็ยังไม่ติด แต่ครั้นรู้ว่าได้มรดกก็ติดในมรดกนั้น และก็จะต้องมีการขวนขวายหวงแหนเป็นต้นในมรดกนั้น เดินไปในที่ใดในเวลาค่ำคืน สมมติว่าเดินไปในป่าช้า ไม่รู้ว่านี่เป็นป่าช้าก็ไม่ติดก็ไม่กลัว แต่ครั้นรู้ว่านี่เป็นป่าช้า ก็ติดก็กลัว ดังที่เรียกว่าก็กลัวขึ้นมา แต่อันที่จริงนั้นความกลัวเนื่องมาจากความติด ติดขึ้นก่อนว่านี่เป็นป่าช้ามีผี และเมื่อติดขึ้นมาดังนี้ก็กลัว ถ้าไม่รู้ก็ไม่กลัว ฉะนั้น รู้ที่เป็นสามัญทั้งหลายจึงเป็นความรู้ติด รู้ติดดั่งนี้ไม่ใช่เป็นโพธิ ไม่ใช่เป็นโพชฌ แต่ว่าความรู้ที่เป็นรู้พ้น คือรู้สิ่งใดก็พรากจิตออกจากสิ่งนั้นได้ ไม่ติดสิ่งนั้น รู้รูปก็ไม่ติดรูป รู้เสียงก็ไม่ติดเสียง ดั่งนี้เป็นต้น จึงจะเป็นโพธิหรือเป็นโพชฌ

ฉะนั้น รู้ที่เป็นโพธิหรือเป็นโพชฌ จึงต้องมี ๒ อย่างประกอบกันอยู่ คือ วิชชาหนึ่ง วิมุตติหนึ่ง วิชชาก็คือรู้ วิมุตติก็คือพ้น รวมกันเป็นรู้พ้น รู้ที่ประกอบด้วยวิชชาวิมุตติดั่งนี้เป็นโพธิหรือเป็นโพชฌ ทางพุทธศาสนาแสดงสติปัฏฐานโพชฌงค์เป็นต้น อันรวมเข้าในหมวดโพธิปักขิย-ธรรม ธรรมที่เป็นไปในฝ่ายโพธิ ย่อมต้องการปฏิบัติให้บรรลุถึงความรู้พ้นดังกล่าวซึ่งเป็นความรู้ที่เป็นโพธิหรือเป็นโพชฌ องค์แห่งความรู้ดังกล่าวก็คือ ข้อปฏิบัติหลายข้อที่นำไปสู่ความรู้ดังกล่าวนั้นโดยที่สัมพันธ์กันไปเหมือนอย่างเป็นลูกโซ่ เรียกว่าโพชฌังค หรือโพชฌงค์ แปลว่าองค์แห่ง

โพธิหรือโพชฌ และก็เรียกว่า สัมโพชฌังค หรือสัมโพชฌงค์ได้ด้วย เติมสัมเข้ามาข้างหน้าอีกคำหนึ่งเสริมความว่า พร้อมก็ได้ ด้วยกันก็ได้ เองก็ได้ ที่แปลว่าพร้อมนั้นก็คือสมบูรณ์ ที่แปลว่าด้วยกันนั้นก็คือทุก ๆ องค์ ทุก ๆ ข้อ ย่อมเนื่องกันไปด้วยกัน ไม่ใช่เฉพาะข้อใดข้อหนึ่ง เองนั้นก็คือว่าจะต้องเป็นสันทิฏฐิโก คือว่ารู้เองเห็นเอง คนอื่นจะมาเห็นให้แทน รู้ให้ไม่ได้ เมื่อเสริมความเข้ามาดั่งนั้น หรือจะไม่มีก็ได้ เรียกสั้น ๆ ว่าโพชฌังค หรือโพชฌงค์ แต่ก็ย่อมจะมีความหมายดังกล่าวนั้น

มีพระพุทธาธิบายสั้น ๆ ว่า ที่เรียกว่า โพชฌังคหรือโพชฌงค์นั้น ก็คือธรรมทั้งหลายที่เป็นไปเพื่อโพธิ คือความรู้ หมายถึงตรัสรู้หรือรู้พ้นดังกล่าว ซึ่งตรัสอธิบายแสดงเอาไว้เป็นเจ็ดประการ

สติสัมโพชฌงค์

ประการแรก ก็คือสติสัมโพชฌงค์ สัมโพชฌงค์คือสติ สตินั้นก็คือสติปัฏฐาน สติปัฏฐานนั้นก็ได้แก่สติที่ตั้งกำหนดกาย เวทนา จิต ธรรม จึงมีปัญหาว่าถ้าเช่นนั้นจะต่างกันอย่างไร พิจารณาดูแล้วก็ตอบได้ว่า ทางที่ต่างกันนั้นก็คือว่า สติปัฏฐานมุ่งสติที่กำหนดกาย เวทนา จิต ธรรม จนกาย เวทนา จิต ธรรมปรากฏแก่สติ สติสัมโพชฌงค์นั้นมุ่งสติที่กำหนดในสติปัฏฐาน คือกาย เวทนา จิต ธรรมที่ปรากฏ แต่ว่าส่งไปให้แก่ปัญญาพิจารณาเพื่อความรู้พ้นยิ่งขึ้นไป นี้เป็นทางที่ต่างกัน แต่ว่าอีกอย่างหนึ่งในมหาสติปัฏฐานสูตร โพชฌงค์ทั้งเจ็ดก็รวมอยู่ในหมวดธรรมานุปัสสนาสติปัฏฐาน เมื่อเป็นดั่งนี้ จึงได้มีคำอธิบายอีกอย่างหนึ่งว่า สติปัฏฐานนั้นเป็นข้อปฏิบัติที่คลุมไปได้ทั้งหมด ตั้งแต่เบื้องต้นจนถึงโพชฌงค์ทั้งเจ็ด มรรคมีองค์ ๘ ก็รวมอยู่ในสติปัฏฐานทั้งหมด และขั้นของสติปัฏฐานนี้เมื่อเพียงขั้นสติกำหนดในกาย เวทนา จิต ธรรม แจ่มชัดเท่านั้น ก็เป็นสติปัฏฐานที่ต่ำกว่าโพชฌงค์ แต่เมื่อสตินั้นเสมอปัญญาพิจารณาเพื่อความรู้พ้นอันยิ่งขึ้นไป ก็เลื่อนขึ้นเป็นสติปัฏฐานขั้นโพชฌงค์ ยิ่งขึ้นไปกว่านั้นก็เลื่อนขึ้นเป็นสติปัฏฐานขั้นมรรคมีองค์แปด แต่ข้อนี้ก็พึงเข้าใจว่า เป็นเพียงสมมติธรรม บัญญัติธรรม ผู้ปฏิบัตินั้นไม่ต้องคำนึงถึงสมมติธรรม บัญญัติธรรมใด ๆ ทั้งสิ้น แต่ว่าจับปฏิบัติตั้งสติกำหนดกายเวทนาจิตธรรมให้เป็น **เอโก ธมฺโม** หรือ **เอกายโน มคฺโค** ธรรมที่เป็นเอกหรืออันหนึ่งอันเดียว หรือทางที่ไปเอกหรืออันหนึ่งอันเดียว จะจับกำหนดลมหายใจเข้าออก หายใจเข้าก็ให้รู้ หายใจออกก็ให้รู้ไปตามที่ทรงสั่งสอนตั้งไว้เป็นหลัก แล้วกำหนดเวทนาในลมหายใจเข้าออก กำหนดจิตในลมหายใจเข้าออก กำหนดธรรมในลมหายใจเข้าออก คือให้ลมหายใจเข้าออกเป็นธรรมในจิต เป็นตัวจิตเอง เป็นตัวเวทนาเอง และเป็นตัวลมหายใจเข้าออกเองรวมกันอยู่ ดังจะพึงเห็นได้ว่าเมื่อทุกคนกำหนดลมหายใจเข้าออกในบัดนี้ลองดู หายใจเข้าก็ให้รู้ หายใจออกก็ให้รู้ ก็จะเห็นว่าลม

หายใจเข้าออกที่เป็นกายก็อยู่ที่นี่ เวทนา สุข ทุกข์ก็อยู่ที่นี่ จิตใจก็อยู่ที่นี่ ธรรมในจิตก็อยู่ที่นี่ ลมหายใจเข้าออกก็เป็นธรรมในจิต รวมอยู่ที่นี่ทั้งหมดไม่ได้แยกกันไปที่ไหน กำหนดจับเข้ามารวมเข้ามาให้เป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน ธรรมก็ไม่แตกออกไป จิตใจก็ไม่แตกออกไป เวทนาก็ไม่แตกออกไป ลมหายใจก็ไม่หายไปไหนปรากฏอยู่ ลมหายใจปรากฏ เวทนาก็ปรากฏ จิตใจก็ปรากฏ ธรรมก็ปรากฏ รวมกันอยู่เป็นอันเดียว ดั่งนี้ก็เป็นสติปัฏฐาน

ธรรมวิจยสัมโพชฌงค์

คราวนี้ก็กำหนดส่งเข้าสู่ปัญญาที่วิจัย คือไม่หยุดกำหนดอยู่เฉย ๆ เท่านั้น ส่งขึ้นสู่ปัญญาวิจัย สติตอนนี้คือตอนที่ส่งขึ้นสู่ปัญญาวิจัยก็เป็นสติสัมโพชฌงค์ขึ้นมา ปัญญาที่วิจัยก็เป็นธรรมวิจยสัมโพชฌงค์ขึ้นมา ปัญญาที่วิจัยนั้นก็คือให้คอยรู้อยู่ที่ในภายในนี้แหละ ในกาย เวทนา จิต ธรรมว่าถ้าเมื่อกาย เวทนา จิต ธรรมรวมกันอยู่ดั่งนี้ ตัวกาย เวทนา จิต ธรรมนี้เป็นอะไร ตัวกาย เวทนา จิต ธรรมนี้ก็เป็นกลาง ๆ ก่อน เรียกว่าเป็น อพฺยากตา ธมฺมา ธรรมที่เป็นอัพยากฤต คือเป็นกลาง ๆ ไม่ใช่กุศล ไม่ใช่เป็นอกุศล แต่ว่าเป็นที่ตั้งของสติที่กำหนด สติตั้งอยู่ที่ไหน วิจัยดูลงไป ถ้าสติตั้งอยู่ที่กาย เวทนา จิต ธรรมไม่ไปไหน ก็เป็น กุสลา ธมฺมา ไป ธรรมที่เป็นกุศลก็คือตัวสตินี้เอง สติที่ตั้งกำหนด คราวนี้ถ้าสติตกลงไป นิวรณ์เข้ามา เป็นกามฉันท์ก็ตาม เป็นพยาบาทก็ตาม พร้อมทั้งอารมณ์ที่นำนิวรณ์เข้ามา คือว่าจิตพลัดตกจากกาย เวทนา จิต ธรรม วิ่งไปหาอารมณ์ รูปบ้าง เสียงบ้างเป็นต้น และก็นำเอานิวรณ์เข้ามา เป็นกามฉันท์บ้าง เป็นพยาบาทบ้าง เป็นต้น ก็ให้วิจัยลงไปว่านี่เป็นอกุศล อกุสลา ธมฺมา ธรรมที่เป็นอกุศล ปัญญาที่วิจัยเข้ามาดูอยู่ดั่งนี้ ให้รู้ว่ากาย เวทนา จิต ธรรมเองนี่เป็นอัพยากฤตเป็นกลาง ๆ เมื่อจิตตั้งอยู่สติตั้งอยู่ ตัวตั้งอยู่นั้นก็เป็นสมาธิเป็นสติ สติ สมาธินี้ก็เป็น กุสลา ธมฺมา ธรรมที่เป็นกุศล แต่ว่าถ้าสติพลัดตกลงไป จิตพลัดตกไป คว้าเอาอารมณ์อื่นเข้ามา นำนิวรณ์เข้ามา นั่นก็เป็น อกุสลา ธมฺมา ธรรมที่เป็นอกุศล ให้คอยรู้อยู่ดั่งนี้ ปัญญาที่รู้คือตัวรู้ที่รู้อยู่ดังนี้ก็เป็นโพชฌงค์ข้อที่สอง หรือธรรมวิจยสัมโพชฌงค์ สัมโพชฌงค์คือธรรมวิจัย เลือกเฟ้นธรรม ไม่ใช่ไปเลือกเฟ้นธรรมที่ไหน เลือกเฟ้นธรรมในใจนี้แหละ ถ้าไปเลือกเฟ้นธรรมที่อื่น ก็ไม่ใช่โพชฌงค์ข้อนี้ ต้องเลือกเฟ้นธรรมในใจ กาย เวทนา จิต ธรรมในใจ สติ สมาธิในใจ นิวรณ์ อารมณ์ในใจ แต่ว่าความรู้วิจัยดังนี้ ต้องการให้รู้ทันทันที ไม่ใช่ให้รู้ช้าไป ในเบื้องต้นก็จะรู้ช้าไป เมื่อทำบ่อย ๆ แล้วจะรู้ไว รู้ทันที วิจัยได้ทันที วิจัยธรรมในใจนี้ได้ทันที รู้จักตัวอพยากฤตที่เป็นที่ตั้ง รู้จักตัวกุศลที่เข้ามา รู้จักตัวอกุศลที่เข้ามา รู้จักทันทีรู้ทันที ดั่งนี้จึงจะเป็นธรรมวิจัย เป็นธรรมวิจยสัมโพชฌงค์

วิริยสัมโพชฌงค์

เมื่อได้ธรรมวิจยสัมโพชฌงค์ขึ้นมาดังนี้ ก็ย่อมจะได้โพชฌงค์ข้อต่อไปสืบต่อกันไป ก็คือ วิริยสัมโพชฌงค์ สัมโพชฌงค์คือวิริยะ ความเพียรอันเป็นข้อที่สามได้อย่างไรก็คือว่า เมื่อรู้ทันทีว่านี่เป็นอกุศล อกุศลนั้นก็จะละไป รู้ทันทีว่านี่เป็นกุศล กุศลก็จะตั้งอยู่ ก็เพราะว่าเมื่อรู้แล้วดั่งนี้ ไฉนจึงจะรักษาอกุศลไว้ ไฉนจึงจะทิ้งกุศลเสีย คล้ายกับรู้ว่าคนนี้เป็นคนโกง เมื่อรู้ว่าเขาโกงดั่งนี้แล้วก็ต้องทิ้งคนโกงอยู่เอง ไม่มีใครจะคบคนโกงเอาไว้ เมื่อรู้ว่านี่เป็นคนดีคนซื่อตรงเป็นมิตรแท้ ก็จะคบเอามิตรแท้เอาไว้ ที่ไหนจะทิ้งมิตรแท้ ฉะนั้นเมื่อรู้แท้ลงไปว่านี่เป็นอกุศลปหานะ การละอกุศลก็บังเกิดขึ้น ไม่มีใครที่จะรักษาเอาไว้ เมื่อรู้ว่านี่เป็นกุศล การรักษากุศลเอาไว้ก็จะบังเกิดขึ้นเรียกว่าภาวนา การอบรมกุศลให้บังเกิด รักษากุศลไว้ก็จะบังเกิดขึ้น ปหานะและภาวนานี่แหละเรียกว่าวิริยะ คือความเพียร จิตใจมีกำลังกล้าขึ้นเองในตัวเอง ละอกุศลไปได้ทันที จะอบรมกุศลรักษากุศลเอาไว้ทันที คือจะละนิวรณ์ ทิ้งอารมณ์อันนั้นไปทันที แต่ว่าจะรักษาสติรักษาจิตให้ตั้งอยู่ในกาย เวทนา จิต ธรรมอันเป็นที่ตั้งของสติของจิตนั้นไว้อย่างมั่นคงขึ้น ดั่งนี้ก็เป็นอันได้วิริยสัมโพชฌงค์ สัมโพชฌงค์คือวิริยะ ความเพียรข้อที่สาม

ปีติสัมโพชฌงค์

เมื่อเป็นดั่งนี้ก็จะได้ข้อที่ สี่ ต่อไป คือ ปีติสัมโพชฌงค์ สัมโพชฌงค์คือปีติ แปลกันว่าความอิ่มใจ แต่อันที่จริงนั้นเป็นศัพท์ที่มาจากธาตุที่แปลว่าดื่ม คือจะมีการดูดดื่มธรรมที่เป็นกุศลดื่มเอาธรรมที่เป็นกุศลนี้เข้าไว้ในใจด้วยภาวนา คายเอาอกุศลออกด้วยปหานะ ดื่มเอากุศลเข้าด้วยภาวนาที่เป็นวิริยะนั้น เมื่อดื่มกุศลเข้ามา กุศลนี้เป็นสิ่งที่บริสุทธิ์เป็นสิ่งที่ดีเหมือนอย่างน้ำที่บริสุทธิ์ อาหารที่บริสุทธิ์ ธรรมที่เป็นกุศลอันเป็นอาหารที่บริสุทธิ์นี้จึงบำรุงเลี้ยงจิตใจพร้อมทั้งกายให้อิ่มเอิบสำราญ ปรากฏเป็นความอิ่มกายอิ่มใจสบายเป็นสุขดั่งนี้ เป็นผลที่เกิดขึ้นเองก็เป็นอันได้ปีติสัมโพชฌงค์ องค์แห่งสัมโพชฌงค์คือปีติ

ปัสสัทธิสัมโพชฌงค์

เมื่อได้ปีติก็จะได้โพชฌงค์ข้อต่อไป คือ ปัสสัทธิสัมโพชฌงค์ สัมโพชฌงค์คือปัสสัทธิความสงบ สงบกายสงบใจอย่างที่ไม่เคยได้มาก่อน ใจสงบกายสงบ ปราศจากเครื่องเร่าร้อนเดือดร้อนทั้งหลาย เป็นความสงบที่ปราศจากอามิส คือกิเลสเป็นเครื่องล่อใจทั้งหลายอันนับว่าเป็นโพชฌงค์ข้อที่ห้า

สมาธิสัมโพชฌงค์

เมื่อได้ปัสสัทธิสัมโพชฌงค์ก็ย่อมจะได้โพชฌงค์ข้อต่อไป คือสมาธิสัมโพชฌงค์ สัมโพชฌงค์คือสมาธิ เพราะว่าเมื่อกายสงบใจสงบก็ย่อมจะมีสุขที่ปราศจากอามิส ทั้งกายทั้งใจสบาย จิตจึงเป็นสมาธิตั้งมั่นในกาย เวทนา จิต ธรรมที่กำหนดนี้ยิ่งขึ้น เพราะว่าสมาธินั้นเมื่อมีสุขเป็นที่รองรับ คือสุขที่ปราศจากอามิสย่อมตั้งมั่นแน่วแน่ยิ่งขึ้นไม่ซัดส่าย เพราะว่าตั้งอยู่บนความสุขที่ปราศจากอามิส

อุเบกขาสัมโพชฌงค์

เมื่อได้สมาธิดั่งนี้ก็ย่อมจะได้โพชฌงค์ข้อต่อไป อันเป็นข้อครบเจ็ดคืออุเบกขาสัมโพชฌงค์ องค์แห่งความรู้คืออุเบกขา อุเบกขาในที่นี้ท่านอธิบายว่า ได้แก่ความเข้าไปเพ่งจิตที่เป็นสมาธินั้นไว้ด้วยดี ความเข้าไปเพ่งจิตที่เป็นสมาธินั้นไว้ด้วยดีอันมีลักษณะเป็นการดู ดูจิตที่เป็นสมาธิของตนเอง ดูอยู่เฉย ๆ คือไม่เข้าไปจัดการปรุงแต่งวุ่นวาย ดูอย่างชนิดวางคือไม่ยึดถือ อุเบกขาที่มีลักษณะเป็นความเข้าไปดูชนิดที่ไม่วุ่นวายชนิดที่ไม่ยึดถือดังที่มักจะเรียกกันว่าวางเฉย แต่ไม่ใช่หมายความว่าทิ้ง ไม่ทิ้ง แต่ว่าเข้าไปเพ่งดูเข้าไปกำหนดดู ดูอย่างวางดูอย่างเฉย ๆ ดูจิตที่เป็นสมาธิคือตั้งมั่นนั้นด้วยดี ดั่งนี้ ก็เป็นอุเบกขาสัมโพชฌงค์ สัมโพชฌงค์คืออุเบกขา อันเป็นข้อที่ครบเจ็ด ซึ่งท่านแสดงต่อไปว่า เมื่อถึงขั้นนี้ก็จะได้วิชชา วิมุตติต่อไป หรือว่าจะเลื่อนขึ้นเป็นมรรคมีองค์แปดหรือว่าเลื่อนขึ้นเป็นอริยสัจจ์ต่อไป

ฉะนั้น โพชฌงค์ทั้งเจ็ดประการจึงเป็นธรรมหมวดสำคัญที่แสดงคู่กับสติปัฏฐานอยู่เสมอ ซึ่งมีอธิบายแยกกันเป็นคนละหมวดบ้าง รวมกันอยู่ในหมวดสติปัฏฐานทั้งหมดบ้าง แต่นั้นก็เป็นธรรมบัญญัติดังที่กล่าวมาข้างต้น เป็นสิ่งที่ควรรู้ตามพระบัญญัติหรือที่ทรงแสดงเท่านั้น แต่ผู้ปฏิบัติไม่ควรคำนึงถึงธรรมบัญญัติ แต่ให้ปฏิบัติเข้ามาภายใน แล้วสตินี้เองจะนำขึ้นไปเองโดยลำดับ

๘ กุมภาพันธ์ ๒๕๒๓

ครั้งที่ ๒๖ โพชฌงค์โดยสรุป

โพชฌงค์ องค์แห่งความรู้ หรือสัมโพชฌงค์ องค์แห่งความรู้พร้อมเป็นทางปฏิบัติเพื่อปัญญาโดยมีสตินำที่พระพุทธเจ้าได้ทรงแสดงสั่งสอนไว้ และพึงใช้ปฏิบัติในการทำกรรมฐานได้ทุกอย่าง ดังเช่นที่ได้แสดงมาแล้ว ปฏิบัติอบรมโพชฌงค์อันประกอบไปด้วยเมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา แม้ในกรรมฐานข้ออื่นก็ได้มีพระพุทธภาษิตแสดงไว้เป็นตัวอย่างหลายข้อหลายประการ เช่นให้ปฏิบัติโพชฌงค์ในการทำอานาปานสติ สติกำหนดลมหายใจเข้าออก ให้ปฏิบัติโพชฌงค์ในการทำกายคตาสติ สติที่ไปในกาย ปฏิบัติโพชฌงค์ในการทำอัฐิกสัญญา ความกำหนดหมายว่าอัฐิ คือกระดูก ดั่งนี้เป็นต้น

หลักของโพชฌงค์ในการปฏิบัติกรรมฐาน

ในขั้นต้นนี้ก็พึงทราบหลักของโพชฌงค์ในการปฏิบัติกรรมฐานทั้งปวงนี้ไว้เพียงสามข้อก่อนก็คือ

หนึ่ง ทำสติคือความระลึกได้หรือความระลึกรู้

สอง ธรรมวิจย วิจัยธรรม เลือกเฟ้นธรรม ก็คือเลือกเฟ้นธรรมในจิต

สาม วิริยะ ความเพียรในการละ และในการอบรมทำให้มีขึ้นให้เป็นขึ้น

การทำสติ

ในการปฏิบัติทำกรรมฐานทั้งปวง ก็จะต้องมีข้อหนึ่งมาก่อน คือจะต้องมีสติ ความระลึกได้หรือความระลึกรู้ ในการทำสติข้อนี้ก็คือระลึกถึงกรรมฐานข้อที่จะปฏิบัติ เช่นจะทำอานาปานสติก็ต้องระลึกได้ถึงว่า คือการที่ทำสติกำหนดลมหายใจ ลมหายใจเข้า ลมหายใจออก และก็นำสติมากำหนดลมหายใจ ลมหายใจเข้า ลมหายใจออกที่ตนเอง ให้สติกำหนดอยู่ คือให้พบลมหายใจ ลมหายใจเข้าลมหายใจออกย่อมกระทบที่ปลายจมูกหรือที่ริมฝีปากเบื้องบน ก็ตั้งสติกำหนดดูก็จะพบลมหายใจ คือพบความกระทบแห่งลมที่ปลายจมูกหรือที่ริมฝีปากเบื้องบน ดั่งนี้คือสติ

การเลือกเฟ้นธรรม

เมื่อใช้สติดังกล่าวก็ใช้ธรรมวิจัย คือความเลือกเฟ้นธรรมอันหมายความว่า เมื่อสติกำหนดอยู่ที่ลมหายใจเข้าลมหายใจออก สติพบลมหายใจ จิตก็พบลมหายใจ ดั่งนี้ก็ให้รู้ว่าเป็นสติในลมหายใจ ถ้ามีนิวรณ์เข้ามาอันดึงจิตออกไปจากลมหายใจ ก็ให้รู้ว่านั่นเป็นนิวรณ์ที่เข้ามาดึงจิตออกไป และเมื่อนิวรณ์ดึงจิตออกไปได้ ก็หมายความว่าสติพลัดตกจากลมหายใจที่ตั้งไว้นั้น สติก็

เตลิดไปกับนิวรณ์ข้อใดข้อหนึ่ง ดั่งนี้ก็ให้รู้ว่านั่นเป็นนิวรณ์ เมื่อนำจิตกลับเข้ามาตั้งไว้ที่ลมหายใจใหม่ ก็ให้รู้ว่านั่นเป็นสติ นิวรณ์เข้ามาอีกก็ให้รู้ว่านั่นเป็นนิวรณ์ ดั่งนี้เป็นธรรมวิจัย การเลือกเฟ้นธรรม ก็คืออะไรโผล่เข้ามาที่จิตก็ให้รู้ และก็เหมือนอย่างว่าแยกประเภทได้หรือเหมือนอย่างว่าจัดเข้าเป็นกอง ๆ ได้ว่า นี่เป็นหมวดสติ นี่เป็นหมวดนิวรณ์

ความเพียรในการละ

ธรรมวิจัยนี้ถ้ามาช้า นิวรณ์ก็จะดึงจิตออกไปได้มาก แต่ว่าถ้ามาเร็ว นิวรณ์ก็จะไม่อาจดึงจิตออกไปได้นาน เพราะว่าเมื่อมีธรรมวิจัยอันเป็นความรู้ที่จัดหมวด จัดกอง จัดประเภทของสิ่งที่บังเกิดขึ้นในจิต ดั่งนี้ได้ทันที วิริยะข้อสามก็จะมา ก็คือว่าจะละนิวรณ์และอบรมทำสติให้มีขึ้นให้เป็นขึ้น พูดอีกอย่างหนึ่งว่าจะละฝ่ายอกุศล จะอบรมฝ่ายกุศลให้มีขึ้นให้เป็นขึ้นในจิต ดั่งนี้เป็นวิริยะคือความเพียรที่มีอาการที่เข้มแข็งในอันที่จะละอกุศล ในอันที่จะทำกุศลให้บังเกิดขึ้นภายในจิต การละและทำกุศลให้เกิดขึ้นภายในจิตสืบต่อจากธรรมวิจัย และธรรมวิจัยก็สืบต่อจากสติ เมื่อเป็นดั่งนี้ก็จะได้อานาปานสติ คือสติที่กำหนดลมหายใจเข้าออก จิตก็จะอยู่กับลม สติก็จะอยู่กับลม รู้ลมหายใจเข้าลมหายใจออก พบลมทั้งจิตทั้งสติด้วยกัน และเมื่อเป็นดั่งนี้โพชฌงค์ข้อต่อไปก็มาเอง คือปีติ ความดูดดื่ม ความอิ่ม ปัสสัทธิ ความสงบกายสงบใจ สมาธิ ความที่จิตตั้งมั่น และอุเบกขา ความเพ่งเข้ามาที่จิตเป็นสมาธินั้น

อันปีติคือความดูดดื่ม ความอิ่มเอิบนี้ ปฏิบัติกรรมฐานข้อไหน ก็ดูดดื่มในกรรมฐานข้อนั้น ปฏิบัติในกรรมฐานข้ออานาปานสติ สติกำหนดลมหายใจเข้าออก ก็ดูดดื่มอานาปานสติ จิตดูดดื่มอานาปานสติ อิ่มเอิบอยู่กับอานาปานสติ ดั่งนี้คือปีติ เป็นปีติในกรรมฐาน เมื่อมีปีติในกรรมฐาน คือดื่มกรรมฐานเข้าไป ดั่งนี้ก็ได้ปัสสัทธิคือความสงบ สงบกายสงบจิต เมื่อกายจิตสงบ จิตก็ตั้งมั่นเป็นสมาธิ ตั้งมั่นขึ้นมาเองโดยไม่ต้องไปบังคับ และเมื่อจิตตั้งมั่นเป็นสมาธิดังนี้ จะให้ฟุ้งซ่านออกไปก็ไม่ฟุ้งไม่ซ่าน จะตั้งสงบ และเมื่อเป็นดั่งนี้อุเบกขาก็มา คือความที่เข้าไปเพ่ง เข้ามาดูจิตที่เป็นสมาธินั้น ไม่เพ่งออกไป แต่เพ่งเข้ามาที่จิตเป็นสมาธินั้น ดั่งนี้ก็เป็นอุเบกขา ก็แปลว่า ปีติ ปัสสัทธิ สมาธิ อุเบกขา อีกสี่ข้อนี้ก็มาโดยลำดับ ความสำคัญจึงอยู่ที่สติข้อที่หนึ่ง ธรรมวิจัยข้อที่สองกับวิริยะข้อที่สาม

ในการทำกรรมฐานทุกข้อก็เป็นเหมือนเช่นนี้ แม้ในพรหมวิหารสี่ที่แสดงมาแล้ว ก็ใช้สติ ใช้ธรรมวิจัย ใช้วิริยะ อบรมเมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา ก็ได้ปีติ คือว่าดื่มเมตตาเข้ามา ดื่มกรุณา ดื่มมุทิตา ดื่มอุเบกขาเข้ามา จิตดื่มเมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขาเข้ามา ดูดดื่มเข้ามา จิตก็อิ่มเอิบด้วยเมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา ก็ได้ปัสสัทธิ ได้สมาธิ ได้อุเบกขาที่เป็นโพชฌงค์อันเป็นไปในพรหมวิหารทั้งสี่

การทำกายคตาสติ

แม้ในกรรมฐานข้ออื่นก็เป็นเหมือนเช่นนี้ ดังเช่นในการทำกายคตาสติ สติที่เป็นไปในกายก็จะต้องใช้สติ ใช้ธรรมวิจัย ใช้วิริยะดังกล่าว ทำสติระลึกถึงผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เนื้อ เอ็น กระดูกเป็นต้น และก็มีธรรมวิจัย เลือกเฟ้นธรรม นิวรณ์เข้ามาก็รู้ว่านี่เป็นนิวรณ์ นิวรณ์ไม่เข้ามา สติกำหนดอยู่ก็รู้ว่านี่เป็นสติ ดั่งนี้เป็นธรรมวิจัย วิริยะก็เข้ามาคือคอยละนิวรณ์และคอยทำสติให้ตั้งอยู่และให้เจริญขึ้น ดั่งนี้ก็ได้ปีติ คือความที่จิตดูดดื่ม อิ่มเอิบไปในสติที่กำหนดไปในกายนี้ และก็ได้ปัสสัทธิ ได้สมาธิ ได้อุเบกขา

ในการทำกายคตาสตินี้ท่านสอนไว้ด้วยว่า เมื่อสติกำหนดกายไปทีละข้อ ข้อไหนปรากฏชัดก็ให้ถือเอาข้อนั้นเพียงข้อเดียว เช่นเมื่อกำหนดผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เนื้อ เอ็น กระดูก กระดูกปรากฏชัด จะเป็นกระดูกส่วนใดส่วนหนึ่งหรือกำหนดกระดูกทั้งหมดที่เป็นโครงร่างโครงกระดูกก็ได้ ก็ให้กำหนดอันนั้น ก็เป็นอัฐิกสัญญา ความกำหนดหมายในกระดูก ดั่งนี้ก็ใช้สติ ใช้ธรรมวิจัย ใช้วิริยะดังกล่าว ก็จะได้ปีติ ความดูดดื่มอิ่มเอิบในอัฐิกสัญญา ก็จะได้ปัสสัทธิ ความสงบกายสงบจิต ได้สมาธิได้อุเบกขาอันเป็นโพชฌงค์ดังกล่าว

การกำหนดปัจจุบันธรรม

เพราะฉะนั้น โพชฌงค์จึงเป็นสิ่งที่เป็นประโยชน์เมื่อหัดกำหนดให้รู้จักลักษณะของแต่ละข้อแม้โดยย่อดังกล่าวมานี้ก็ใช้ในการปฏิบัติกรรมฐานได้ทุกข้อ และเมื่อต้องการจะกำหนดเป็นปัจจุบันธรรม ธรรมที่เป็นปัจจุบันคือว่าเอาปัจจุบันธรรมเป็นกรรมฐาน ก็คือให้ทำสติระลึกได้ถึงอายตนะภายในและอายตนะภายนอกของตนที่ประสบกันอยู่ในปัจจุบัน เพราะว่าอายตนะภายในภายนอกของแต่ละบุคคลนี้ย่อมประสบกันอยู่ทุกขณะ เมื่อตากับรูปประจวบกันประสบกัน ก็ให้มีสติรู้ หูกับเสียงประจวบกันประสบกันก็ให้มีสติรู้ จมูกกับกลิ่น ลิ้นกับรส กายและสิ่งถูกต้องทางกาย มโนคือใจ และธรรมคือเรื่องราวที่ผุดขึ้นในใจประจวบกันประสบกันก็ให้มีสติรู้

การกำหนดทางขันธ์ห้า

ในการกำหนดนี้จะกำหนดทางขันธ์ห้าก็ได้ จะกำหนดทางนิวรณ์ก็ได้ การกำหนดทางขันธ์ห้านั้นก็คือกำหนดว่าเมื่ออายตนะภายในกับอายตนะภายนอกที่ประจวบหรือประสบกันอยู่ในปัจจุบันดังกล่าวนี้ ก็เกิดวิญญาณความรู้สึกเห็นรูปทางตา ความรู้สึกได้ยินเสียงทางหู ความรู้สึกทราบกลิ่นทางจมูก ความรู้สึกทราบรสทางลิ้น ความรู้สึกทราบสิ่งถูกต้องทางกาย ความรู้สึกรู้เรื่องทางมโนคือใจ ดั่งนี้เป็นวิญญาณ เมื่ออายตนะภายในภายนอกกับวิญญาณทั้งสามนี้รวมกันเข้า

อันหมายความว่ากระทบถึงจิตแรง ก็เป็นสัมผัสหรือเป็นผัสสะ ดั่งนี้คือผัสสะ เมื่อเป็นผัสสะก็เป็นเวทนา ความรู้สึกเป็นสุขเป็นทุกข์หรือเป็นกลาง ๆ ไม่ทุกข์ไม่สุข เมื่อเป็นเวทนาขึ้นมาก็เกิดสัญญา ความจำหมาย เมื่อเกิดสัญญาคือความจำหมายก็เกิดสังขาร คือความคิดปรุงหรือความปรุงคิดขึ้นตามสัญญาคือความจำหมายนั้น

หัดทำสติให้รู้ขันธ์ห้าดั่งนี้ว่า อายตนะภายในภายนอกที่ประจวบกันนั้น ก็เป็นส่วนรูปขันธ์ วิญญาณ สัมผัส เวทนา สัญญา สังขารก็เป็นนามขันธ์ เป็นขันธ์ห้าที่เป็นปัจจุบันธรรมที่บังเกิดขึ้นเป็นไปอยู่ในอารมณ์ทั้งหลาย อารมณ์อันหนึ่งก็เป็นที่ตั้งของขันธ์ห้า เป็นที่เกิดของขันธ์ห้าคราวหนึ่ง ไม่ว่าจะเป็นอารมณ์ทางตา หรือทางหูหรือว่าทางอื่น และจิตนี้ตามหลักที่ท่านแสดงไว้รับอารมณ์ในคราวละหนึ่งเท่านั้น ฉะนั้น อารมณ์ที่รับกันคราวละหนึ่งนี้ก็เป็นที่เกิดที่ตั้งของขันธ์ห้ากันคราวหนึ่ง ๆ ทุกอารมณ์ไป และอารมณ์อันหนึ่งนั้นเกิดขึ้นดับไป แล้วอารมณ์ที่สองจึงจะเกิดขึ้นดับไป แล้วอารมณ์ที่สามจึงจะเกิดขึ้นแล้วก็ดับไป ฉะนั้นขันธ์ห้าจึงเกิดขึ้นแล้วก็ดับไป เกิดขึ้นแล้วก็ดับไปทุกอารมณ์

นี่เป็นหลักของสัจจะ คือความจริงของขันธ์ห้า ของอารมณ์ที่ดำเนินไปอยู่ แต่ว่าสติที่จะกำหนดให้รู้ให้ทันนั้นเป็นการยากเพราะว่าละเอียดมาก แต่แม้เช่นนั้นหัดกำหนดไปตามหลักที่ท่านแสดงไว้ก่อน โดยที่เมื่อไม่สามารถจะกำหนดให้ทันทั้งห้าขันธ์หรือว่าทั้งหมด ก็กำหนดแต่เพียงลักษณะอันใดอันหนึ่งหรือกำหนดโดยส่วนรวม กำหนดที่ลักษณะอันใดอันหนึ่งนั้นก็คือกำหนดที่ลักษณะของตาของรูป ของเสียงของหูเป็นต้น อันเป็นส่วนรูปขันธ์ดั่งนี้ ที่ประจวบกันเข้าคราวหนึ่ง ๆ ก็ได้ กำหนดอาการของนาม เช่นอาการที่เห็น อาการที่ได้ยินที่เป็นตัววิญญาณอย่างเดียวดั่งนี้ก็ได้ กำหนดอาการที่เป็นสัมผัส เป็นเวทนา เวทนาชัดคือที่เป็นสุขเป็นทุกข์หรือเป็นกลาง ๆ ไม่ทุกข์ไม่สุข ดูเข้ามาที่จิตว่า เห็นสิ่งนี้แล้วเป็นอย่างไร สบายหรือไม่สบาย ได้ยินสิ่งนี้แล้วเป็นอย่างไร สบายหรือไม่สบาย ถ้าสบายก็สุข ถ้าไม่สบายก็ทุกข์ ดั่งนี้ก็ได้ และกำหนดดูที่สัญญาคือความจำหมายว่า เมื่อสุขก็จำหมายอยู่ในสุข ทุกข์ก็อยู่ในทุกข์คือมีความจำหมายอยู่ในสุขในทุกข์นั้นไม่ลืม แต่ถ้าไม่จำหมายอยู่ในสุขในทุกข์นั้น ปล่อยไปเสียก็สิ้นเรื่องไป แต่ว่าไม่ได้ปล่อย ยังจำหมายเอาไว้ แล้วก็ปรุงสิ่งที่จำหมายไว้นั้นนั่นเอง คิดปรุงก็เป็นรักเป็นชัง เป็นต้นดั่งนี้ก็ให้รู้ว่าเป็นตัวปรุง เป็นตัวสังขารคือตัวปรุง จิตนี้เองปรุงเอาสิ่งที่จำนั่นแหละมาปรุง ถ้าเป็นสุขก็ปรุงเป็นชอบ ถ้าเป็นทุกข์ก็ปรุงเป็นชัง ก็จิตอันนี้เองปรุงก็ดูตัวความปรุง ว่าจิตนี้เป็นสังขารเป็นตัวความปรุง ดั่งนี้ก็ได้

ทั้งหมดนี้เป็นสติที่กำหนดในด้านขันธ์ห้าที่เป็นปัจจุบันธรรม และธรรมวิจัยก็ไปด้วยกัน คือว่า จะจำแนกออกไปได้ว่านั่นเป็นรูป นั่นเป็นนาม นั่นเป็นรูปประเภทนั้น นั่นเป็นนามประเภทนั้น และวิริยะคือความเพียรก็เข้ามา ในเมื่อมีนิวรณ์เข้ามาก็ละ เมื่อเป็นตัวสติที่กำหนดธรรมวิจัยที่จำแนกอยู่ก็ส่งเสริมให้มีขึ้นให้เป็นขึ้น รักษาเอาไว้ ดั่งนี้ก็เป็นวิริยะ และข้ออื่นก็จะตามมาดั่งนี้เป็นไปในปัจจุบันธรรมที่เป็นไปในขันธ์ห้า

การกำหนดในนิวรณ์

คราวนี้ถ้าจะกำหนดที่เป็นไปในนิวรณ์ก็กำหนดได้เช่นเดียวกันโดยเอาขันธ์ห้าที่เป็นไปในอารมณ์ดังกล่าวนี้เป็นตัวหลัก แล้วกำหนดดูในเมื่ออายตนะภายในอายตนะภายนอกประจวบกัน ก็เป็นวิญญาณ เป็นสัมผัส เป็นเวทนา แล้วก็เป็นสัญญา เป็นสังขารดังกล่าวนั้น แต่ว่าเมื่อเป็นเวทนาขึ้นมาแล้ว สังโยชน์เข้าจับ คือกิเลสเข้าจับ จับเวทนา จับสัญญา จับสังขาร ก็จับขันธ์ห้านี่แหละ เมื่อเป็นส่วนที่เป็นสุข น่ารักใคร่ปรารถนาพอใจ ก็เป็นกามฉันท์ ความพอใจรักใคร่ขึ้นมา ถ้าเป็นทุกข์เป็นส่วนที่ไม่น่าปรารถนาพอใจ ก็เป็นปฏิฆะ หงุดหงิด เป็นพยาบาท โกรธแค้นขัดเคืองขึ้นมา ถ้าหากเป็นเวทนาที่เป็นกลาง ๆ และมิได้พิจารณา ก็ก่อให้เกิดความง่วงงุนเคลิบเคลิ้ม ความฟุ้งซ่านรำคาญใจ และความเคลือบแคลงสงสัยขึ้นมา ก็เป็นนิวรณ์ขึ้น ก็ให้มีสติกำหนดรู้ตัวนิวรณ์ที่บังเกิดขึ้น เงื่อนอยู่ตรงเวทนา สังโยชน์เข้าจับเวทนา จับสัญญา จับสังขาร ก็ปรุงให้เป็นนิวรณ์ขึ้นมา นิวรณ์อันนี้ก็รวมอยู่ในสังขารขันธ์ ตัวปรุง โดยที่สังโยชน์หรือกิเลสจับเวทนา จับสัญญา แล้วก็ปรุงเป็นตัวสังขารที่เป็นขันธ์ห้านี่แหละ ก็ปรุงให้เป็นนิวรณ์ขึ้นมาเป็นกองชอบบ้าง เป็นกองชังบ้าง เป็นกองหลงบ้าง เข้ามากลุ้มกลัดจิตอยู่ อาศัยอารมณ์ทั้งหลายที่กล่าวมานั้น ทำให้มีสติ กำหนดให้รู้จัก ก็มีธรรมวิจัยเลือกเฟ้นออกไปว่านี่เป็นนิวรณ์ เมื่อนิวรณ์เกิดขึ้นดังนี้ ก็เป็นอันตรายต่อกรรมฐานต่อสติก็ปฏิบัติละนิวรณ์ ระงับนิวรณ์ แล้วก็รักษาสติรักษากรรมฐานเอาไว้ ดั่งนี้นิวรณ์ก็จะสงบ สติที่เป็นไปในกรรมฐานก็จะดำรงอยู่ ปีติก็เข้ามา ปัสสัทธิ สมาธิ อุเบกขาที่เป็นโพชฌงค์ก็เข้ามาดั่งนี้ เพราะฉะนั้นโพชฌงค์จึงใช้ได้ เอาปัจจุบันธรรมนี่เป็นกรรมฐาน ก็คืออายตนะภายในภายนอกที่ประจวบกันอยู่นี้ กำหนดเป็นไปในขันธ์ห้าก็ได้ เป็นไปในนิวรณ์ห้าดังกล่าวแล้วก็ได้ และผลก็จะบังเกิดขึ้นในทางระงับนิวรณ์ส่งเสริมสติที่เป็นไปในกรรมฐานให้เจริญก้าวหน้า

๑๙ ธันวาคม ๒๕๒๒

ครั้งที่ ๒๗ มรรคแปด

ไตรสิกขา

ได้แสดงสติปัฏฐานตามหัวข้อในมหาสติปัฏฐานสูตรมาโดยลำดับก็จบลงที่สัจจะปัพพะข้อว่าด้วยอริยสัจจ์ทั้งสี่ และในอริยสัจจ์ทั้งสี่นั้นก็จบลงด้วยมรรคสัจจะ สภาพที่จริงคือมรรคอันเป็นธรรมที่พึงปฏิบัติทำให้มีขึ้นเป็นขึ้นในพุทธศาสนา บรรดากุศลธรรมทั้งสิ้นอันเป็นปฏิบัติธรรมย่อมประมวลเข้าในมรรคมีองค์แปดนี้ และมรรคมีองค์แปดนี้ก็ประมวลเข้าในไตรสิกขา คือสีลสิกขา ศึกษาในศีล จิตตสิกขา ศึกษาในจิต และปัญญาสิกขา ศึกษาในปัญญา หรือว่าศีล สมาธิ ปัญญา อีกนัยหนึ่งก็ประมวลเข้าตามโอวาทปาฏิโมกข์สามข้อ ว่า

สพฺพปาปสฺส อกรณํ	การไม่ทำบาปทั้งปวง
กุสลสฺสูปสมฺปทา	การทำกุศลให้ถึงพร้อม
สจิตฺตปริโยทปนํ	การชำระจิตของตนให้ผ่องแผ้วบริสุทธิ์

ไตรสิกขาก็ดี โอวาทสามข้อนี้ก็ดี ถือว่าเป็นหัวใจแห่งพุทธศาสนาในด้านปฏิบัติธรรม หรืออีกนัยหนึ่งเป็นหัวใจของกุศลธรรมทั้งสิ้นที่พึงปฏิบัติ และปฏิบัติธรรมนี้ก็ดังที่ได้กล่าวแล้วว่า รวมเข้าในอริยสัจจ์ข้อที่สี่ คือ มรรค ซึ่งเป็นภาเวตัพพธรรม ธรรมที่พึงอบรมทำให้มีขึ้นทำให้เป็นขึ้นอันเรียกว่าภาวนา หน้าที่ซึ่งพึงกระทำในมรรคหรือในปฏิบัติธรรมก็คือภาวนาอันแปลว่าการทำให้มีขึ้นให้เป็นขึ้น ทำสัมมาทิฏฐิให้มีขึ้นให้เป็นขึ้นมา เป็นต้น หรือเมื่อย่อเข้าในไตรสิกขา ก็ทำศีล สมาธิ ปัญญา ให้มีขึ้นให้เป็นขึ้น หรือเมื่อย่อเข้าในโอวาทสาม ก็คือทำการละอกุศล การอบรมกุศล และการชำระจิตของตนให้บริสุทธิ์ผ่องใส ให้มีขึ้นมาให้เป็นขึ้นมา และดังที่ได้กล่าวแล้วว่าพระพุทธศาสนาทั้งสิ้นนั้นประมวลเข้าในสัจจะทั้งสี่ ทุกขสัจจะนั้นเป็นปริญเญยยธรรม คือธรรมที่พึงกำหนดรู้ให้รอบคอบ สมุทัย นั้นเป็นปหาตัพพธรรม คือธรรมที่พึงละ นิโรธนั้นเป็นสัจฉิกตัพพธรรม คือธรรมที่พึงกระทำให้แจ้ง มรรคนั้นเป็นภาเวตัพพธรรม คือธรรมที่พึงอบรมทำให้มีขึ้นให้เป็นขึ้น ดั่งนี้เป็นประมวลพุทธศาสนาทั้งสิ้น และประมวลหน้าที่ ๆ พึงกระทำในพุทธศาสนาทั้งสิ้น จำเพาะข้อที่สี่คือมรรคนั้นก็เป็นประมวลของกุศลธรรมทั้งสิ้นที่พึงปฏิบัติอันเรียกว่าภาเวตัพพธรรม ธรรมที่พึงให้มีขึ้นให้เป็นขึ้นทั้งนั้น

ศีล สมาธิ ปัญญา หรือโอวาทสาม ที่เรียกว่าเป็นหัวใจพุทธศาสนากันนั้นก็หมายถึงเป็นหัวใจของกุศลกรรมทั้งสิ้น อันเป็นปฏิบัติธรรมซึ่งเป็นข้อที่สี่ของอริยสัจจ์ทั้งสี่ เพราะฉะนั้นสัจจะปัพพะนี้จึงเป็นข้อสำคัญของผู้ศึกษาปฏิบัติพุทธศาสนา และโดยเฉพาะมรรคอันเป็นข้อที่สี่ก็เป็นข้อสำคัญในปฏิบัติธรรมทั้งสิ้น

สัมมาทิฏฐิ

ผู้ปฏิบัติพระพุทธศาสนาพึงตั้งใจปฏิบัติทำความเห็นของตนให้เป็นสัมมาทิฏฐิขึ้น หัดพิจารณาให้เห็นทุกข์ เห็นเหตุเกิดทุกข์ เห็นความดับทุกข์ เห็นทางปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ คือให้เห็นสัจจะทั้งสี่

สัมมาสังกัปปะ

ปฏิบัติทำความดำริของตนให้เป็นความดำริชอบขึ้น คือให้ดำริออกจากกาม ดำริไม่พยาบาทปองร้าย ดำริไม่เบียดเบียน

สัมมาวาจา

ปฏิบัติทำวาจาของตนให้เป็นสัมมาวาจา คือเว้นจากพูดเท็จ พูดแต่คำจริงที่เป็นประโยชน์ถูกกาละ เว้นจากพูดส่อเสียดให้แตกสามัคคีกัน แต่ว่าพูดคำสมานสามัคคี เว้นจากพูดคำหยาบที่จะทำให้เจ็บช้ำน้ำใจ แต่ว่าพูดคำที่สุภาพไพเราะจับใจ เว้นจากพูดเพ้อเจ้อเหลวไหล แต่ว่าพูดถ้อยคำที่เป็นหลักฐาน รู้จักประมาณในการพูด พูดเป็นธรรม เป็นวินัย พูดเหมาะสม

สัมมากัมมันตะ

ปฏิบัติทำการกระทำของตนทางกายให้เป็นสัมมากัมมันตะ การงานชอบขึ้นมา คือเว้นจากการฆ่า แต่ว่าทำการที่เกื้อกูลแก่ชีวิต เว้นจากการลัก แต่ว่าประกอบการงานที่เป็นเหตุให้ได้ทรัพย์มาโดยชอบ เว้นจากประพฤติผิดในกาม แต่ว่าประพฤติชอบในกามทั้งหลายหรือว่าเว้นจากอพรหม-จริยกิจ

สัมมาอาชีวะ

ปฏิบัติทำอาชีพของตนให้เป็นสัมมาอาชีวะ เลี้ยงชีวิตชอบ เว้นจากมิจฉาชีพต่าง ๆ ประกอบสัมมาอาชีวะต่าง ๆ

สัมมาวายามะ

ปฏิบัติทำความเพียรของตนความพยายามของตนให้เป็นสัมมาวายามะ เพียรชอบขึ้นโดยที่เพียรระวังบาปอกุศลที่ยังไม่เกิดมิให้บังเกิดขึ้น เพียรละบาปอกุศลที่บังเกิดขึ้นแล้ว เพียรทำกุศลที่ยังไม่เกิดให้บังเกิดขึ้น เพียรรักษากุศลที่เกิดขึ้นแล้วให้ตั้งอยู่และเพิ่มเติมให้ถึงความบริบูรณ์

สัมมาสติ

ปฏิบัติทำสติของตนให้เป็นสัมมาสติ ระลึกชอบขึ้น คือปฏิบัติหัดระลึกตามดูไปในกาย ในเวทนา ในจิต ในธรรม ตามหลักสติปัฏฐานทั้งสี่ที่แสดงโดยลำดับนั้น

สัมมาสมาธิ

เพียรทำใจของตนให้เป็นสัมมาสมาธิ คือให้ตั้งมั่นไว้โดยชอบ หรือให้ใจตั้งมั่นอยู่ในกุศลธรรมทั้งหลาย ให้ตั้งมั่นอยู่ในทางแห่งความดับทุกข์ โดยหัดทำสมาธิห้ามใจมิให้กวัดแกว่งกระสับกระส่าย และให้สงบจากกามจากอกุศลธรรมทั้งหลาย โดยหัดตั้งใจไว้ในที่ตั้งของสมาธิต่าง ๆ ที่พระพุทธเจ้าได้ทรงสั่งสอนไว้อันเรียกว่ากรรมฐาน หัดทำอยู่เนือง ๆ ใจก็จะสงบตั้งมั่นได้แม้ชั่วขณะ ในชั่วขณะนั้นเมื่อหัดทำไปเนือง ๆ ก็จะตั้งมั่นดีขึ้นแต่ยังไม่แนบแน่น เมื่อไม่ละการปฏิบัติก็จะทำให้แนบแน่นยิ่งขึ้นจนถึงสามารถเข้าขั้นของฌาน มีปฐมฌานเป็นต้น ประกอบด้วยวิตก วิจาร ปีติ สุข และเอกัคคตาแห่งจิต คือความที่จิตตั้งอยู่ในอารมณ์อันเดียว

สัมมาทิฏฐิเป็นหัวหน้า

การหัดปฏิบัติตามหลักของมรรคมีองค์แปดนี้ เป็นสิ่งที่มีประโยชน์และทุกคนสามารถที่จะทำได้ พระพุทธเจ้าได้ตรัสสั่งสอนไว้ในพระสูตรหนึ่งว่า สัมมาสมาธิ ความตั้งใจมั่น ประกอบด้วยองค์มรรคอีกเจ็ดข้อเป็นเครื่องแวดล้อมเป็นบริวาร องค์มรรคอีกเจ็ดข้อนั้นก็คือ สัมมาทิฏฐิ ความเห็นชอบ สัมมาสังกัปปะ ความดำริชอบ สัมมาวาจา เจรจาชอบ สัมมากัมมันตะ การงานชอบ สัมมาอาชีวะ เลี้ยงชีวิตชอบ สัมมาวายามะ เพียรชอบ สัมมาสติ ระลึกชอบ ดั่งนี้ และได้ตรัสต่อไปว่า สัมมาทิฏฐิ คือความเห็นชอบนั้นเป็นหัวหน้า คือเมื่อมีสัมมาทิฏฐิคือความเห็นชอบ สัมมาทิฏฐินั้นเอง หรือด้วยสัมมาทิฏฐินั้นเองย่อมรู้จักว่าเห็นอย่างนี้เป็นมิจฉาทิฏฐิ เห็นผิด เห็นอย่างนี้เป็นสัมมาทิฏฐิ เห็นชอบ

เห็นผิดนั้นคืออย่างไร ก็คือเห็นว่าทานที่ให้ไม่มีผล การบูชาผู้ควรบูชาไม่มีผล การบำรุงผู้ควรบำรุงไม่มีผล ผลของกรรมที่ทำดีแล้วและทำชั่วแล้วไม่มี มารดาไม่มี บิดาไม่มี โอปปาติกะ คือสัตว์ที่ลอยเกิดไม่มี สมณพราหมณ์ซึ่งเป็นผู้ปฏิบัติชอบซึ่งกระทำให้แจ้งเพราะรู้ยิ่งด้วยตนเอง แล้วแสดงสั่งสอนให้ผู้อื่นรู้จักโลกนี้โลกหน้าไม่มี ความเห็นแม้ดั่งนี้เป็นมิจฉาทิฏฐิ ความเห็นผิด

ส่วนความเห็นที่เป็นสัมมาทิฏฐิ ความเห็นชอบก็มีสองอย่าง คือยังมีอาสวะ ยังก่อภพชาติต่อไปอย่างหนึ่ง ไม่มีอาสวะไม่ก่อภพชาติต่อไปอีกอย่างหนึ่ง ความเห็นที่เป็นความเห็นชอบซึ่งยังมีอาสวะยังก่อภพชาติต่อไปนั้นก็คือ ความเห็นที่ตรงกันข้ามกับที่กล่าวมาแล้ว คือเห็นว่าทานที่ให้แล้วมีผล การบูชาผู้ที่ควรบูชามีผล การบำรุงผู้ควรบำรุงมีผล เป็นต้น ส่วนความเห็นชอบ

ที่เป็นอนาสวะคือไม่มีอาสวะ ไม่เป็นเหตุให้มีภพมีชาติต่อไปนั้นก็ได้แก่ความเห็นชอบของผู้ที่มีจิตไม่มีอาสวะแล้ว สัมมาทิฏฐิ ความเห็นชอบ หรือว่าด้วยสัมมาทิฏฐิ ความเห็นชอบย่อมรู้จักย่อมเห็นว่า เห็นอย่างนี้เป็นมิจฉาทิฏฐิ เห็นอย่างนี้เป็นสัมมาทิฏฐิมีอาสวะ เห็นอย่างนี้เป็นสัมมาทิฏฐิที่ไม่มีอาสวะ และก็อาศัยสัมมาวายามะคือเพียรชอบ อันได้แก่เพียรละมิจฉาทิฏฐิและเพียรทำสัมมาทิฏฐิให้บังเกิดขึ้น กับทั้งอาศัยสัมมาสติ ระลึกชอบ คือว่ามีสติละมิจฉาทิฏฐิ มีสติทำสัมมาทิฏฐิให้บังเกิดขึ้น เพราะฉะนั้น สัมมาทิฏฐิข้อหนึ่ง สัมมาวายามะข้อหนึ่ง สัมมาสติข้อหนึ่งจึงเป็นไปตามกันอาศัยกัน

สัมมาทิฏฐิ — สัมมาสังกัปปะ

สัมมาทิฏฐิคือความเห็นชอบ หรือว่าด้วยสัมมาทิฏฐิคือความเห็นชอบ ย่อมรู้จักดำริอย่างนี้เป็นมิจฉาสังกัปปะ ดำริผิด ดำริอย่างนี้เป็นสัมมาสังกัปปะ ดำริชอบ ดำริผิดอันเป็นมิจฉาสังกัปปะนั้น คือดำริไปในกามทั้งหลาย ดำริไปในทางปองร้าย ดำริไปในทางเบียดเบียน ความดำริชอบอันตรงกันข้ามก็มีสอง คือที่ยังมีอาสวะยังเป็นเหตุให้บังเกิดภพชาติต่อไป และที่ไม่มีอาสวะ ความดำริชอบที่มีอาสวะนั้นก็คือดำริออกจากกาม ดำริไม่พยาบาทปองร้าย ดำริไม่เบียดเบียน ส่วนดำริที่เป็นอนาสวะไม่มีอาสวะนั้น ก็คือความดำริของผู้ที่มีจิตใจไม่มีอาสวะแล้ว ความนึกคิดหรือที่เรียกว่าวิตกหรือตริก อันเป็นของผู้มีจิตไม่มีอาสวะแล้ว สัมมาทิฏฐิ คือความเห็นชอบย่อมรู้จักย่อมเห็นว่าดำริดั่งนี้เป็นมิจฉาสังกัปปะ ดำริผิด ดำริดั่งนี้เป็นสัมมาสังกัปปะ ดำริชอบ และก็ต้องอาศัยสัมมาวายามะ เพียรชอบ คือเพียรละมิจฉาสังกัปปะ ความดำริผิด เพียรทำสัมมาสังกัปปะ ความดำริชอบให้บังเกิดขึ้น กับทั้งต้องอาศัยสัมมาสติ ความระลึกชอบ มีสติละมิจฉาสังกัปปะ ความดำริผิด มีสติทำสัมมาสังกัปปะ ความดำริชอบให้เกิดขึ้นด้วย

สัมมาทิฏฐิ — สัมมาวาจา

สัมมาทิฏฐิ ความเห็นชอบ หรือด้วยสัมมาทิฏฐิ ความเห็นชอบ ย่อมรู้จักย่อมเห็นว่าพูดอย่างนี้เป็นมิจฉาวาจา วาจาผิด พูดอย่างนี้เป็นสัมมาวาจา วาจาชอบ การพูดที่เป็นมิจฉาวาจา วาจาผิดก็คือพูดเท็จ พูดส่อเสียด พูดคำหยาบ พูดเพ้อเจ้อเหลวไหล ส่วนการพูดที่เป็นสัมมาวาจา วาจาชอบก็มีสองอย่างคือที่มีอาสวะยังเป็นไปเพื่อให้เกิดภพชาติต่อไป กับที่ไม่มีอาสวะ สัมมาวาจา วาจาชอบที่ยังมีอาสวะนั้น ก็คือ เว้นจากพูดเท็จ เว้นจากพูดส่อเสียด เว้นจากพูดคำหยาบ เว้นจากพูดเพ้อเจ้อเหลวไหล ส่วนสัมมาวาจาที่ไม่มีอาสวะนั้นก็คือวาจาหรือว่าวิรัติความเว้นของท่านผู้มีจิตไม่มีอาสวะแล้ว สัมมาทิฏฐิ ความเห็นชอบ หรือด้วยสัมมาทิฏฐิ ความเห็นชอบ ย่อมรู้จักย่อมเห็นว่าพูดอย่างนี้เป็นมิจฉาวาจา พูดอย่างนี้เป็นสัมมาวาจา และก็ต้อง

อาศัยสัมมาวายามะ ความเพียรชอบ คือเพียรละมิจฉาวาจา วาจาผิด เพียรทำสัมมาวาจา วาจาชอบให้บังเกิดขึ้น กับทั้งต้องอาศัยสัมมาสติ ความระลึกชอบ ก็คือมีสติละมิจฉาวาจา วาจาผิด มีสติทำสัมมาวาจา วาจาชอบให้บังเกิดขึ้นให้มีขึ้น

สัมมาทิฏฐิ — สัมมากัมมันตะ

สัมมาทิฏฐิ ความเห็นชอบ หรือด้วยสัมมาทิฏฐิ ความเห็นชอบ ย่อมรู้จักย่อมเห็นว่าทำอย่างนี้เป็นมิจฉากัมมันตะ การงานผิด ทำอย่างนี้เป็นสัมมากัมมันตะ การงานชอบ มิจฉากัม-มันตะ การงานผิดนั้นก็คือฆ่าเขาบ้าง ลักของเขาบ้าง ประพฤติผิดในกามทั้งหลายบ้าง สัมมากัม-มันตะ การงานชอบนั้นก็มีสอง คือที่เป็นสาสวะยังมีอาสวะ ยังเป็นไปเพื่อชาติภพต่อไป และที่เป็นอนาสวะ คือไม่มีอาสวะ สัมมากัมมันตะ การงานชอบที่ยังเป็นสาสวะ คือที่ยังมีอาสวะนั้น ก็คือ เว้นจากฆ่าเขาบ้าง เว้นจากลักของเขาบ้าง เว้นจากประพฤติผิดในกามทั้งหลายบ้าง เว้นจากอพรหมจริยกิจบ้าง ส่วนสัมมากัมมันตะ การงานชอบที่เป็นอนาสวะ ที่ไม่มีอาสวะนั้นก็ได้แก่ การงานหรือว่าวิรัติของท่านผู้มีจิตไม่มีอาสวะแล้วทั้งหลาย สัมมาทิฏฐิ ความเห็นชอบ หรือด้วยสัมมาทิฏฐิ ความเห็นชอบ ย่อมรู้จักย่อมเห็นว่าทำอย่างนี้เป็นมิจฉากัมมันตะ การงานผิด ทำอย่างนี้เป็นสัมมากัมมันตะ การงานชอบ และก็ต้องอาศัยสัมมาวายามะ เพียรชอบคือเพียรละมิจฉากัมมันตะ การงานผิด เพียรทำสัมมากัมมันตะ การงานชอบให้บังเกิดขึ้น กับทั้งต้องอาศัยสัมมาสติ ระลึกชอบ คือมีสติละมิจฉากัมมันตะ การงานผิด มีสติทำสัมมากัมมันตะ การงานชอบให้บังเกิดขึ้นให้มีขึ้นมา

สัมมาทิฏฐิ — สัมมาอาชีวะ

สัมมาทิฏฐิ ความเห็นชอบ หรือด้วยสัมมาทิฏฐิ ความเห็นชอบ ย่อมรู้จัก ย่อมเห็นว่าอาชีพอย่างนี้เป็นมิจฉาอาชีวะ อาชีพผิด อาชีพอย่างนี้เป็นสัมมาอาชีวะ อาชีพชอบ มิจฉาอาชีวะ อาชีพที่ผิดนั้นก็ได้แก่การที่หาเลี้ยงชีพด้วยวิธีโกหกตลบแตลง ด้วยวิธีพูดหลอกลวงโอ้อวดแบบโฆษณาเกินความจริงทำให้คนหลงนิยม การพูดเลียบเคียงทำให้คนหลงเชื่อหรือจูงใจให้คนนิยม การปฏิบัติในทางมิจฉาอาชีวะอื่นต่าง ๆ ส่วนสัมมาอาชีวะ เลี้ยงชีวิตชอบนั้นก็มีสองอย่าง คือที่เป็นสาสวะ มีอาสวะ กับที่เป็นอนาสวะ ไม่มีอาสวะ สัมมาอาชีวะ เลี้ยงชีวิตชอบที่เป็นสาสวะ คือที่ยังมีอาสวะนั้น ก็ได้แก่เว้นจากมิจฉาอาชีวะ ประกอบสัมมาอาชีวะ ส่วนสัมมาวา-ยามะ อาชีพชอบที่ไม่มีอาสวะนั้น ก็ได้แก่ของท่านผู้มีจิตไม่มีอาสวะทั้งหลาย สัมมาทิฏฐิ คือความเห็นชอบ หรือว่าด้วยสัมมาทิฏฐิ คือความเห็นชอบ ย่อมรู้จัก ย่อมเห็นว่าอย่างนี้เป็นมิจฉาอาชีวะ เลี้ยงชีวิตผิด อย่างนี้เป็นสัมมาอาชีวะ เลี้ยงชีวิตชอบ และก็ต้องอาศัยสัมมาวา-

ยามะ เพียรชอบ คือเพียรละมิจฉาอาชีวะ เลี้ยงชีวิตผิด เพียรทำสัมมาอาชีวะ เลี้ยงชีวิตชอบให้มีขึ้นให้เป็นขึ้น กับทั้งต้องอาศัยสัมมาสติ คือความระลึกชอบ คือมีสติละมิจฉาอาชีวะ เลี้ยงชีวิตผิด มีสติทำสัมมาอาชีวะ เลี้ยงชีวิตชอบให้บังเกิดขึ้นให้มีขึ้นดั่งนี้

การตั้งจิตมั่นในทางที่ชอบ

ตามพระพุทธภาษิตในพระสูตรที่นำมาแสดงโดยย่อนี้ พระพุทธเจ้าทรงยกสัมมาสมาธิ คือ ความตั้งจิตมั่นโดยชอบเป็นข้อหลัก โดยมีองค์มรรคอีกเจ็ดข้อเป็นบริวาร พิจารณาดูแล้วก็จะเห็นได้ว่าจิตนี้สำคัญมาก จิตเมื่อตั้งมั่นอยู่ในทางที่ชอบจึงจะนำให้ปฏิบัติไปในทางที่ชอบ คือเรียกว่าตั้งจิตไว้ถูกก็จะปฏิบัติในทางที่ชอบ ถ้าตั้งมั่นอยู่ในทางที่ผิดหรือตั้งจิตไว้ผิดก็จะนำให้ปฏิบัติผิด ความสำคัญจึงอยู่ที่การตั้งจิตไว้ชอบหรือการตั้งจิตไว้ผิด ซึ่งผู้ปฏิบัติจะต้องตรวจตราดูจิตของตนอยู่เสมอให้ตั้งจิตไว้ชอบ ไม่ตั้งจิตไว้ผิด และให้มั่นอยู่ในความชอบนั้นไม่ให้ง่อนแง่นคลอนแคลน ดั่งนี้คือสัมมาสมาธิซึ่งเป็นหลักสำคัญ เมื่อตั้งจิตไว้ชอบและมั่นคงอยู่ในความชอบอยู่ในทางที่ชอบแล้ว ก็จะนำให้มรรคอื่น ๆ บังเกิดขึ้น และในบรรดามรรคอื่น ๆ เหล่านี้ สัมมาทิฏฐิย่อมเป็นหัวหน้าคือ ความเห็นถูกต้อง ความเห็นชอบเป็นข้อสำคัญ และก็ต้องอาศัยมีสัมมาวายามะ เพียรชอบ และสัมมาสติ ระลึกชอบ ประกอบอยู่ด้วยกันเป็นหลักในการปฏิบัติ เมื่อเป็นดั่งนี้แล้ว สัมมาทิฏฐิ ความเห็นชอบ สัมมาวายามะ ความเพียรชอบ สัมมาสติ ความระลึกชอบ โดยมีสัมมาสมาธิเป็นหลักหนุนอยู่เป็นฐานรองรับ ย่อมจะนำให้เจริญเพิ่มพูนสัมมาทิฏฐิเองด้วย และให้เจริญเพิ่มพูนสัมมาสังกัปปะ ความดำริชอบ สัมมากัมมันตะ การงานชอบ สัมมาอาชีวะ เลี้ยงชีวิตชอบ ให้บังเกิดขึ้นตามกันไป นำให้มรรคมีองค์แปดนี้บรรลุถึงความงอกงามจนถึงบริบูรณ์ในที่สุด

๒๒ พฤษภาคม ๒๕๒๓

ครั้งที่ ๒๘ มรรคแปด (ต่อ)

ได้แสดงมรรคมีองค์แปด อันเป็นมรรคสัจจะ สภาพที่จริงคือมรรค ทางปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ ซึ่งโดยปริยายคือทางอันหนึ่ง พระพุทธเจ้าทรงยกสัมมาสมาธิขึ้นเป็นหลัก โดยตรัสว่ามีมรรคอีกเจ็ดองค์เป็นบริวารแวดล้อม และได้ทรงยกสัมมาทิฏฐิ ความเห็นชอบว่าเป็นหัวหน้า และต้องอาศัยสัมมาวายามะ เพียรชอบ สัมมาสติ ระลึกชอบ ไปด้วยกัน ช่วยอบรมทำให้มรรคองค์อื่น ๆ บังเกิดขึ้น นับตั้งแต่อบรมเพิ่มเติมสัมมาทิฏฐิ ความเห็นชอบเองให้เจริญมากยิ่งขึ้น และอบรมสัมมาสังกัปปะ ความดำริชอบ สัมมาวาจา เจรจาชอบ สัมมากัมมันตะ การงานชอบ สัมมาอาชีวะ เลี้ยงชีวิตชอบให้เจริญมากยิ่งขึ้น จนทำให้ทุก ๆ ข้อบรรลุถึงความบริบูรณ์ในที่สุด

สัมมาสมาธิในพุทธศาสนา

ยังมีข้อที่ควรพิจารณาเกี่ยวแก่สมาธิอีกอย่างหนึ่งว่า สมาธิที่มุ่งหมายในทางพุทธศาสนานั้นต้องเป็นสัมมาสมาธิ ความตั้งใจชอบดังนี้เป็นข้อหลัก และที่จะเป็นสัมมาสมาธิ ความตั้งใจชอบนั้นก็จะต้องประกอบด้วยองค์มรรคข้ออื่น ๆ คือจะต้องประกอบด้วยความเห็นชอบ ความดำริชอบเป็นตัวปัญญา จะต้องประกอบด้วยเจรจาชอบ การงานชอบ อาชีพชอบซึ่งเป็นศีล ทั้งจะต้องมีความเพียรพยายามชอบ สติคือความระลึกชอบ ซึ่งเป็นธรรมที่รวมอยู่ในข้อสมาธิหรือในจิตตสิกขา ดังนี้ จึงจะเป็นสัมมาสมาธิในพุทธศาสนา เมื่อเป็นดังนี้ จึงเป็นอันไม่นับถือสมาธิที่นอกไปจากนี้ว่า เป็นสมาธิที่เป็นมรรคสัจจะ สภาพที่จริงคือมรรค แม้ว่าจะเป็นสมาธิที่แนบแน่นบรรลุถึงญาณ จนเป็นเหตุให้ผู้ได้ผู้ถึงได้ญาณ คือความหยั่งรู้พิเศษ เห็นนั่นเห็นนี่ ได้ยินนั่นได้ยินนี่ ดังที่เรียกว่าหูทิพย์ ตาทิพย์ หรือแม้ว่าจะมีอำนาจทางจิตอย่างอื่นนอกจากนี้ไปอีก ถ้าเพียงสมาธิอย่างเดียวเท่านี้ก็ไม่นับว่าเป็นมรรคสัจจะ สภาพที่จริงคือมรรค ทางปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์อันเป็นสัมมาสมาธิในพุทธศาสนา และเมื่อพิจารณาดูตามเรื่องราวก็จะเห็นได้ว่าสมาธิมิใช่มรรคดังกล่าวนี้ก็มีผู้ได้ผู้ถึงมาตั้งแต่ก่อนพุทธศาสนาบังเกิดขึ้น และก็ปรากฏที่แสดงไว้ว่า ผู้ที่ได้สมาธิเข้าขั้นฌานสมาบัติได้ไปบังเกิดในพรหมโลกอยู่เป็นอันมาก เพราะฉะนั้น บรรดาผู้มีสมาธิแม้ที่เป็นขั้นฌานสมาบัติอย่างสูง ก็มีผู้ได้ผู้ถึงมาแล้ว ดังที่มีแสดงว่า ได้มีเทพดามาร-พรหมมนุษย์และสัตว์ทุกจำพวกมามากมายแล้วตั้งแต่ก่อนพระพุทธศาสนาบังเกิดขึ้น ก่อนพระพุทธเจ้าบังเกิดขึ้น เทวดามารพรหมก็มีอยู่เต็มสวรรค์เต็มพรหมโลกแล้ว มนุษย์ก็มีอยู่มากทั่วโลกแล้ว สัตว์นรกสัตว์เดียรัจฉานทั้งหลายก็มีอยู่เต็มนรกเต็มโลกอยู่แล้ว ก็แปลว่าบรรดาภูมิธรรมที่ให้ไปบังเกิดเป็นมนุษย์ก็ดี เป็นเทวดามารพรหมก็ดี ตลอดจนถึงไปเกิดในอบายทั้งหลายก็ดี ก็มีอยู่บริบูรณ์แล้ว ยังขาดแต่มรรคผลนิพพานเท่านั้นที่ยังไม่มี

พระพุทธเจ้าได้ทรงอุบัติขึ้นในโลก ก็โดยที่ได้ทรงบำเพ็ญธรรมขึ้นโดยลำดับ บริบูรณ์ด้วยมนุษยธรรม บริบูรณ์ด้วยธรรมแห่งเทพแห่งพรหมทั้งหมด แปลว่าได้ทรงปฏิบัติธรรมให้พ้นจากโลกที่ชั่วที่ต่ำที่ทราม มาสู่โลกที่ดีที่ละเอียดที่ประณีตขึ้นโดยลำดับ จนถึงทะลุโลกคือพ้นโลก เป็นโลกุตตรธรรม เป็นมรรคเป็นผลเป็นนิพพานขึ้นมา จึงได้ตรัสรู้เป็นพระพุทธเจ้า ทรงบรรลุมรรคผลนิพพาน เพราะฉะนั้น ความพิเศษของพระพุทธศาสนาจึงอยู่ที่มรรค ผล นิพพาน อันเป็นโลกุตตรธรรม ธรรมที่ให้พ้นจากโลกคือพ้นจากทุกข์ได้โดยแท้จริง โดยปฏิบัติในมรรคคือปฏิบัติให้พบความดับทุกข์นี้ เพราะฉะนั้น สมาธิที่มุ่งหมายในพุทธศาสนา จึงมิได้มุ่งหมายถึงสมาธิที่มุ่งหมายให้ได้หูทิพย์ตาทิพย์ ให้ได้อำนาจจิตต่าง ๆ แต่ว่ามุ่งหมายสมาธิ คือความตั้งจิตใจไว้ถูก มั่งคงอยู่ในทางที่ถูกนั้น แม้ว่าจะไม่ถึงฌาน เอาเพียงว่าให้ได้พบความสงบจากกามและอกุศลธรรมทั้งหลายอันเป็นบาทของปัญญา คือ ต้องการสมาธิที่จะทำให้ได้สัมมาทิฏฐิ คือความเห็นชอบ ให้ได้สัมมาสังกัปปะ คือความดำริชอบและต่อไปทุก ๆ ข้อ สมาธิที่ทำให้ได้ปัญญา ให้ได้ศีล และให้ได้สมาธิเองที่ชอบยิ่งขึ้น ดังนี้จึงเป็นสัมมาสมาธิในทางพุทธศาสนา

เพราะฉะนั้น ทางปฏิบัติที่ถูกต้องทางพุทธศาสนานั้นจึงต้องการให้ได้สมาธิเพื่อที่จะเห็นธรรมอันเป็นตัวปัญญา ที่เป็นสัมมาทิฏฐิ สัมมาสังกัปปะ ที่จะทำให้เป็นศีล เป็นสัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะ และที่จะเป็นสัมมาวายามะ สัมมาสติ ดังนี้จึงเป็นสัมมาสมาธิที่ถูกต้อง และเมื่อพิจารณาดูแล้วก็จะเห็นว่า องค์มรรคทั้งปวงเหล่านี้ตั้งอยู่ที่จิตนี้แหละเป็นส่วนสำคัญ เพราะฉะนั้น เมื่อจิตดิ้นรนกวัดแกว่งกระสับกระส่าย องค์มรรคทั้งปวงก็ตั้งอยู่ไม่ได้ เหมือนอย่างว่าสิ่งอะไรที่หมุนติ้วอยู่จะเอาอะไรไปตั้งอยู่นั้นย่อมตั้งอยู่ไม่ได้ คนจะไปยืนก็ยืนไม่ติด ต่อเมื่อจิตอันนี้ไม่ดิ้นรนกวัดแกว่งกระสับกระส่าย สัมมาทิฏฐิจึงจะตั้งขึ้นได้ สัมมาสังกัปปะจึงจะตั้งขึ้นได้เป็นต้น เพราะฉะนั้น จิตนี้จึงเป็นสิ่งสำคัญที่จะต้องหัดทำให้สงบ ให้ตั้งไว้ถูก และเมื่อจิตสงบตั้งไว้ถูกแล้ว จะตั้งอะไรลงไปที่เป็นกุศลธรรมทั้งหลายก็ย่อมตั้งอยู่ได้ อันนี้ก็ควรทำความเข้าใจเกี่ยวกับสัมมาสมาธิในพระพุทธศาสนาอีกประการหนึ่ง

ได้สัมมาทิฏฐิย่อมได้สัมมาสังกัปปะ

พระพุทธเจ้ายังได้ตรัสต่อไปอีกในพระสูตรนั้นว่า เมื่อได้สัมมาทิฏฐิคือความเห็นชอบ ก็ย่อมควรย่อมสามารถที่จะได้สัมมาสังกัปปะคือความดำริชอบ พิจารณาดูแล้วก็จะเห็นว่า เมื่อได้ความเห็นชอบ คือเมื่อได้ความหยั่งรู้ในทุกข์ ในเหตุเกิดทุกข์ ในทางดับทุกข์ ในทางปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ ก็ย่อมทำให้สามารถให้อาจเพียงพอที่จะดำริออกจากทุกข์อันเป็นเนกขัมมสังกัปปะ ที่จะดำริไม่ปองร้ายทุกข์ ที่จะดำริไม่เบียดเบียนทุกข์ เพราะว่าความเบียดเบียนความปองร้ายนั้นย่อมเกิดขึ้นที่ขันธ์ห้านั่นเอง จะปองร้ายใคร จะเบียดเบียนใคร ก็ปองร้ายเบียดเบียน

ที่ขันธ์ห้า เพราะฉะนั้น ถ้าเห็นขันธ์ห้าเป็นตัวทุกข์เสียแล้ว ก็จะเกิดดำริไม่ปองร้ายตัวทุกข์ เพราะเป็นตัวทุกข์อยู่แล้วจะต้องไปปองร้ายทำไม และตัวทุกข์นั้นก็ไม่ได้ตรัสสอนให้ปองร้ายทำลาย ตรัสสอนให้กำหนดรู้ให้รอบคอบว่าเป็นทุกข์จริง ข้อที่ควรปองร้ายเบียดเบียนก็คือเหตุเกิดทุกข์ต่างหาก ได้แก่ตัณหาหรือโลภโกรธหลงทั้งหลาย ซึ่งควรที่จะปฏิบัติทำลายเสียระงับเสียดังนี้

ได้สัมมาสังกัปปะย่อมได้สัมมาวาจา

เมื่อได้สัมมาสังกัปปะคือความดำริชอบ ก็ย่อมอาจย่อมควรย่อมสามารถที่จะได้สัมมาวาจาเจรจาชอบ เพราะว่าความดำริชอบนั้นก็เป็นตัววิตกวิจาร คือความตรึกความตรองที่เป็นวจีสังขารเครื่องปรุงแต่งวาจา เพราะว่าจะเปล่งวาจาออกมานั้นก็จะต้องมีวิตกวิจารคือความตรึกความตรองก่อน แล้วจึงเปล่งวาจาออกมา ความตรึกตรองหรือความดำริอันเป็นสังกัปปะนี้จึงเป็นวจีสังขารเครื่องปรุงวาจา เพราะฉะนั้น เมื่อความดำริหรือวิตกวิจารอันเป็นเครื่องปรุงวาจาเป็นไปชอบ วาจาที่เปล่งออกมาก็ย่อมจะชอบ เมื่อกำหนดโดยข้อที่เว้นก็ย่อมจะเว้นจากวาจาเท็จ วาจาส่อเสียด วาจาหยาบ และวาจาเพ้อเจ้อ เหลวไหล เมื่อจะกำหนดในข้อที่เปล่งออกมาก็จะเป็นวาจาที่จริง เป็นประโยชน์ถูกกาละ เป็นวาจาที่สมานสามัคคี เป็นวาจาที่สุภาพไพเราะจับใจ เป็นวาจาที่มีหลักฐานเป็นธรรม เป็นวินัย มีขอบเขต

ได้สัมมาวาจาย่อมได้สัมมากัมมันตะ

เมื่อได้สัมมาวาจาคือเจรจาชอบ ก็ย่อมควรย่อมเพียงพอก็ย่อมอาจที่จะได้สัมมากัมมันตะการงานชอบ เมื่อแสดงในทางเว้นก็จะเว้นจากการฆ่า เว้นจากการลัก เว้นจากการประพฤติผิดในกามทั้งหลาย เมื่อจะแสดงในด้านกระทำ ก็จะให้ทำการงานที่เกื้อกูลแก่ชีวิตร่างกาย การงานที่จะทำให้ได้ทรัพย์มาโดยชอบ และเป็นความประพฤติชอบในกามทั้งหลาย จนถึงเว้นจากอพรหมจริยกิจ

ได้สัมมากัมมันตะย่อมได้สัมมาอาชีวะ

เมื่อได้สัมมากัมมันตะ การงานชอบ ก็ย่อมอาจย่อมควรย่อมเพียงพอที่จะได้สัมมาอาชีวะเลี้ยงชีวิตชอบ เพราะจะทำให้เว้นจากมิจฉาอาชีวะ สำเร็จสัมมาอาชีวะ

ได้สัมมาอาชีวะย่อมได้สัมมาวายามะ

เมื่อได้สัมมาอาชีวะ เลี้ยงชีวิตชอบ ก็ย่อมเพียงพอย่อมควรย่อมอาจที่จะได้สัมมาวายามะ เพียรชอบ เพราะจะทำให้เพียรระวังบาปอกุศลที่ยังไม่เกิดไม่ให้เกิดขึ้น เพียรละบาปอกุศลที่บังเกิดขึ้นแล้ว เพียรทำกุศลที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้น เพียรรักษากุศลที่บังเกิดขึ้นแล้วให้ตั้งอยู่และอบรมเพิ่มเติมให้บรรลุถึงความบริบูรณ์

ได้สัมมาวายามะย่อมได้สัมมาสติ

เมื่อได้สัมมาวายามะ เพียรชอบ ก็ย่อมควรย่อมเพียงพอย่อมอาจสามารถที่จะได้สัมมาสติ ระลึกชอบ เพราะจะทำให้อบรมสติ ระลึกตามดูในกาย เวทนา จิต ธรรม อันเป็นสติปัฏฐานทั้งสี่

ได้สัมมาสติย่อมได้สัมมาสมาธิ

เมื่อได้สัมมาสติ ระลึกชอบ ก็ย่อมจะเพียงพอย่อมจะควรย่อมอาจสามารถที่จะได้สัม-มาสมาธิ ความตั้งใจชอบ คือทำจิตให้สงบจากกามและอกุศลธรรมทั้งหลาย ตั้งมั่นเป็นสมาธิบรรลุถึงเอกัคคตา คือความมีอารมณ์อันเดียวของจิต ตั้งแต่ขั้นธรรมดาจนถึงขั้นอัปปนาคือแนบแน่นแน่วแน่ จนถึงขั้นที่เป็นฌาน คือความเพ่งที่หนึ่ง ที่สอง ที่สาม ที่สี่

ได้สัมมาสมาธิย่อมได้สัมมาญาณ

เมื่อได้สัมมาสมาธิ ความตั้งใจชอบ ก็ย่อมควรย่อมเพียงพอย่อมอาจย่อมสามารถที่จะได้สัมมาญาณ คือความหยั่งรู้ชอบอันเป็นตัวความรู้ความเห็นชอบ

ได้สัมมาญาณย่อมได้สัมมาวิมุตติ

เมื่อได้สัมมาญาณคือความหยั่งรู้ชอบ ก็ย่อมควรย่อมเพียงพอย่อมอาจสามารถที่จะได้สัมมาวิมุตติ คือความหลุดพ้นชอบตั้งแต่ในขั้นที่เป็นตทังควิมุตติ ความหลุดพ้นด้วยองค์นั้นอันเป็นความหลุดพ้นชั่วคราว วิกขัมภนวิมุตติ ความหลุดพ้นด้วยความสะกดไว้ด้วยอำนาจของสมาธิถึงขั้นฌาน สมุจเฉทวิมุตติ ความหลุดพ้นด้วยความตัดขาดด้วยมรรค ปฏิปัสสัทธิวิมุตติ ความหลุดพ้นด้วยความสงบระงับด้วยผล และนิสสรณวิมุตติ ความหลุดพ้นด้วยการแล่นออกด้วยนิพพาน

ตทังควิมุตติ และวิกขัมภนวิมุตติ เป็นกุปปวิมุตติคือวิมุตติที่ยังกำเริบได้ คือยังเสื่อมได้ หรือเป็นสมยวิมุตติ หลุดพ้นชั่วสมัยหรือชั่วคราว อันเป็นวิมุตติของสามัญชนทั่วไป ซึ่งเมื่อปฏิบัติในศีล สมาธิ ปัญญา ก็ย่อมได้วิมุตติคือความหลุดพ้นด้วยองค์คือศีล สมาธิ ปัญญา ตามภูมิตามชั้นเป็นครั้งเป็นคราวได้แล้วก็เสื่อม ส่วนสมุจเฉทวิมุตติ ปฏิปัสสัทธิวิมุตติ และนิสสรณวิมุตติ เป็นความหลุดพ้นด้วยมรรคผลนิพพานเป็นอกุปปธรรม ธรรมที่ไม่กำเริบ คือหลุดพ้นได้เด็ดขาด เป็นอสมยวิมุตติ คือความหลุดพ้นไม่มีสมัยคือตลอดไป เป็นวิมุตติของพระอริยบุคคลทั้งหลาย ได้ตรัสไว้ว่า ตั้งแต่สัมมาทิฏฐิจนถึงสัมมาสมาธิแปดองค์ นี้สำหรับพระเสขะ แต่เมื่อเติมอีกสอง สัมมาญาณและสัมมาวิมุตติ อันหมายถึงวิมุตติเด็ดขาดของพระอรหันต์ทั้งหลายก็เป็นของอเสขบุคคล

ละอกุศลธรรมด้วยมรรคสิบ

พระพุทธเจ้าได้ตรัสอธิบายไว้ต่อไปอีกว่า สัมมาทิฏฐิ ความเห็นชอบนั้นย่อมละมิจฉาทิฏฐิ ความเห็นผิด และเป็นเหตุละบาปอกุศลทั้งหลายที่บังเกิดขึ้นเพราะมิจฉาทิฏฐิ เป็นเหตุอบรมทำกุศลทั้งหลายให้บังเกิดขึ้นด้วยสัมมาทิฏฐินั้น สัมมาสังกัปปะ ความดำริชอบ ย่อมละมิจฉา-สังกัปปะ ความดำริผิดและเป็นเหตุละอกุศลบาปกรรมทั้งหลายที่บังเกิดขึ้นเพราะความดำริผิด เป็นเหตุอบรมกุศลธรรมทั้งหลายด้วยดำริชอบนั้น สัมมาวาจา เจรจาชอบ ย่อมละการเจรจาผิด เป็นเหตุละบาปอกุศลธรรมทั้งหลายที่บังเกิดขึ้นเพราะมิจฉาวาจา และเป็นเหตุอบรมเจริญกุศลธรรมทั้งหลายด้วยสัมมาวาจานั้น สัมมากัมมันตะ การงานชอบ ย่อมละมิจฉากัมมันตะ การงานที่ผิด และเป็นเหตุละบาปอกุศลธรรมทั้งหลายที่บังเกิดขึ้นเพราะมิจฉากัมมันตะ เป็นเหตุอบรมเจริญกุศลธรรมทั้งหลายด้วยสัมมากัมมันตะนั้น สัมมาอาชีวะ เลี้ยงชีวิตชอบ ละมิจ-ฉาอาชีวะ เลี้ยงชีวิตผิด และเป็นเหตุละบาปอกุศลธรรมทั้งหลายที่บังเกิดขึ้นเพราะมิจฉาอาชีวะ เป็นเหตุอบรมเจริญกุศลธรรมทั้งหลายด้วยสัมมาอาชีวะนั้น สัมมาวายามะ เพียรชอบ ละมิจฉา-วายามะ เพียรผิดพยายามผิด และเป็นเหตุละบาปอกุศลธรรมทั้งหลายที่บังเกิดขึ้นเพราะมิจฉา-อาชีวะ เป็นเหตุอบรมเจริญกุศลธรรมทั้งหลายด้วยสัมมาอาชีวะนั้น สัมมาวายามะ เพียรชอบ ละมิจฉาวายามะ เพียรผิดพยายามผิด และเป็นเหตุละบาปอกุศลธรรมทั้งหลายที่บังเกิดขึ้นเพราะมิจฉาวายามะ เป็นเหตุอบรมเจริญกุศลธรรมทั้งหลายด้วยสัมมาวายามะนั้น สัมมาสติ ระลึกชอบ ละมิจฉาสติ และเป็นเหตุละบาปอกุศลธรรมทั้งหลายที่บังเกิดขึ้นเพราะมิจฉาสติ เป็นเหตุอบรมเจริญกุศลธรรมทั้งหลายด้วยสัมมาสตินั้น สัมมาสมาธิ ความตั้งใจชอบ ละมิจฉา-สมาธิ และเป็นเหตุละบาปอกุศลธรรมทั้งหลายที่บังเกิดขึ้นเพราะมิจฉาสมาธิ เป็นเหตุอบรมเจริญกุศลธรรมทั้งหลายด้วยสัมมาสมาธินั้น สัมมาญาณ ความหยั่งรู้ชอบ ละมิจฉาญาณ

ความหยั่งรู้ผิด และเป็นเหตุละบาปอกุศลธรรมทั้งหลายที่บังเกิดขึ้นเพราะมิจฉาญาณ เป็นเหตุอบรมเจริญกุศลธรรมทั้งหลายด้วยสัมมาญาณนั้น สัมมาวิมุตติ ความหลุดพ้นชอบ ละมิจฉาวิมุตติ ความหลุดพ้นผิด และเป็นเหตุละบาปอกุศลธรรมทั้งหลายที่บังเกิดขึ้นเพราะมิจฉาวิมุตติ เป็นเหตุอบรมเจริญกุศลธรรมทั้งหลายด้วยสัมมาวิมุตตินั้น ดั่งนี้

มรรคสมังคี

มรรคมีองค์แปด และเมื่อเพิ่มสัมมาญาณ สัมมาวิมุตติเป็นสิบ ย่อมประกอบกันเป็นไปเพื่อวิมุตติ คือความหลุดพ้นซึ่งรวมอยู่ด้วยเป็นข้อที่สิบ เป็นตัวนิโรธ ความดับทุกข์ ซึ่งเป็นนิโรธสัจจะด้วยประการฉะนี้ ในมหาสติปัฏฐานสูตรนี้ก็กล่าวได้ว่า ได้ทรงยกสัมมาสติคือความระลึกชอบขึ้นเป็นหลัก และก็แสดงธรรมทั้งหลายรวมเข้าเช่นเดียวกับในพระสูตรนั้น ได้ยกเอาสัมมาสมาธิเป็นหลัก และเอาข้ออื่น ๆ ประกอบเข้า ฉะนั้น จึงพึงสันนิษฐานว่า ข้อที่ทรงแสดงเหล่านี้เป็นปริยายธรรม ธรรมที่ทรงแสดงเป็นปริยาย คือนัยะอันหนึ่ง ๆ แต่เมื่อพิจารณารวมกันทั้งหมดแล้ว ก็จะพึงเห็นได้ว่าทุกข้อต่างมีความสำคัญเป็นหลักอยู่ด้วยกันทุก ๆ ข้อ ซึ่งจะต้องรวมกันเป็นมรรคสมังคี ความพร้อมเพรียงกันแห่งองค์มรรค เมื่อเป็นดั่งนี้จึงจะเป็นเพื่อผลของการปฏิบัติ และการปฏิบัติในสติปัฏฐานนั้นได้ตรัสยกย่องว่าให้บรรลุถึงอัญญา คือความรู้ทั่วถึงอันเป็นภูมิธรรมขั้นสูงสุด หรือความเป็นอนาคามี ตามลำดับการที่ปฏิบัติ ซึ่งยกเอาการที่ปฏิบัตินั้นเจ็ดปี ถอยลงมาถึงเจ็ดวัน หรือเจ็ดวันถึงเจ็ดปี แต่ก็พึงทำความเข้าใจว่า ย่อมหมายความถึงความปฏิบัตินั้นบรรลุถึงความบริบูรณ์ คือบริสุทธิ์บริบูรณ์สิ้นเชิง เมื่อเป็นดั่งนี้แล้วจะช้าวันหรือเร็ววันก็ดี ย่อมให้บรรลุผล และถึงแม้ว่าจะไม่บรรลุผลถึงอัญญาหรือความเป็นอนาคามีดั่งนั้น ย่อมทำให้บรรลุผลที่หย่อนลงมาตามควรแก่การปฏิบัติ ที่จะไม่บรรลุผลเลยนั้นหามีไม่

๒๓ พฤษภาคม ๒๕๒๓

ครั้งที่ ๒๘ อุปสมานุสสติ ขั้นศีล

ในเบื้องต้นนี้ก็ขอเชิญชวนท่านทั้งหลายให้เจริญอนุสสติข้อหนึ่งคือ อุปสมานุสสติ ระลึกถึงความสงบรำงับ หรือธรรมที่ทำให้สงบรำงับ เป็นที่สงบรำงับ

ความสงบ

"ความสงบ" ใช้คำว่า "สันติ" ก็มี "อุปสมะ" ดังที่ใช้ในที่นี้ก็มี เป็นข้อที่ทุกคนสมควรที่จะระลึกถึง และความระลึกถึงนั้นก็พึงระลึกถึงความสงบ หรือความสงบระงับที่ได้ที่ถึง หรือว่าที่พึงได้พึงถึงโดยไม่ยาก หรือที่อาจจะได้จะถึง กับความสงบที่เป็นจุดหมายอันจะพึงบรรลุต่อไปในภายหน้า ความสงบประการแรกที่ได้ที่ถึงนั้นพึงพิจารณาตรวจดูว่า เคยได้พบกับสันติความสงบ หรืออุปสมะความสงบระงับของตนมาอย่างใดบ้าง เพราะทุกคนก็จะต้องเคยพบกันมาแล้วไม่น้อยก็มาก ฉะนั้น จะได้กล่าวนำเพื่อเป็นทางที่จะตรวจตราดูด้วยตนเองจากง่ายไปหายาก จากภายนอกเข้ามาหาภายใน

ความสงบอันเกี่ยวแก่สถานที่ก็เช่นป่า โคนไม้ เรือนว่าง หรือว่าที่สงบแห่งใดแห่งหนึ่งอันเป็นที่ซึ่งปราศจากเสียงรบกวนทั้งหลาย ปราศจากบุคคลและสิ่งรบกวนทั้งหลาย สถานที่ดังกล่าวนี้เรียกว่าที่อันสงบสงัด ทุกคนย่อมจะต้องเคยพบเคยไปสู่สถานที่สงบสงัดนี้ และเมื่อไปก็ย่อมจะพบความสงบในสถานที่นั้นซึ่งอาจจะชอบบ้างไม่ชอบบ้าง หรือว่าชอบในบางคราวไม่ชอบในบางคราว แต่แม้เช่นนั้นก็ควรพิจารณาดูว่าได้อะไรในที่อันสงบนั้น ประการแรกย่อมจะได้ความสงบปราศจากเสียงรบกวนเป็นต้นดังที่กล่าวมา จะทำให้รู้สึกสงบ และความรู้สึกสงบนี้ ผู้ที่ไม่เคยอาจจะเกิดความกลัวต่อความสงบนั้นก็ได้ หรืออาจที่จะไม่ชอบต่อความสงบนั้น แต่ว่าถ้าได้พิจารณาตรวจตราดูให้ดีแล้ว ก็จะเห็นว่าเป็นสิ่งที่ไม่น่ากลัว และเป็นสิ่งที่ไม่น่าเกลียดหรือน่ารังเกียจ แต่ว่าเป็นสิ่งที่ดีเพราะว่าความสงบนั้นเป็นของดี ชีวิตแม้โดยปรกติก็ต้องอาศัยความสงบอยู่เป็นอันมาก ความพักผ่อนย่อมต้องการที่อันสงบ ต้องการความสงบ การเรียนการทำงานก็ต้องการที่อันสงบ ต้องการความสงบ การทำงานละเอียดก็ย่อมต้องการความสงบมากถ้าขาดความสงบขาดที่สงบเสียอย่างเดียวแล้วจะเรียนก็ไม่ได้ จะทำงานอันใดที่ละเอียดประณีตก็ทำไม่ได้ จะพักผ่อนก็ไม่ได้ และยิ่งในเวลาที่ต้องการพักจริง ๆ เช่นเวลาที่ต้องการหลับก็ต้องการที่สงบและความสงบเป็นอย่างมาก เพราะฉะนั้น ที่สงบหรือว่าความสงบนั้นจึงเป็นสิ่งที่ทุก ๆ คนต้องอาศัยอยู่ทุกวันในชีวิตทุก ๆ วันของบุคคล ยิ่งในการปฏิบัติธรรมทางจิตก็ยิ่งต้องการที่อันสงบสงัด ต้องการความสงบสงัดเป็นอย่างมาก เพราะฉะนั้น ที่อันสงบสงัด ความสงัดจึงเป็นสิ่งที่จำปรารถนาต้องการ เป็นสิ่งที่มีประโยชน์ที่ทุกคนต้องอาศัยแม้ดังที่กล่าวมานี้เกี่ยวกับสถานที่

คราวนี้เกี่ยวกับจิตใจเอง แม้จิตใจนี้เองตลอดจนถึงร่างกายก็ต้องการที่อันสงบ ต้องการความสงบ เพราะว่าจิตใจนี้ไม่สามารถที่จะอยู่กับความวุ่นวายได้ทั้งวันทั้งคืน แม้ว่าความวุ่นวายนั้นจะเป็นสิ่งที่นึกว่าน่าชอบ เช่นว่าเป็นการละเล่นเต้นรำ เป็นเครื่องดนตรีดีดสีตีเป่า แม้ที่บางคนจะชอบอย่างนั้นชอบอย่างนี้ แต่ก็ฟังอยู่ได้เล่นสนุกอยู่ได้ในเวลาที่จำกัด ไม่สามารถที่จะเล่นจะฟังจะสนุกอยู่ทั้งวันทั้งคืนได้ และเมื่อร่างกายและจิตใจต้องการความสงบแล้วก็ไม่ต้องการสิ่งเหล่านั้นทั้งหมด ต้องการความสงบจากสิ่งเหล่านั้น จิตใจย่อมต้องการความสงบดังกล่าวนี้อยู่เป็นอันมากในวันหนึ่ง ๆ และโดยเฉพาะอย่างยิ่งในการเล่าเรียนศึกษา ในการทำงานในการปฏิบัติธรรมก็ต้องการความสงบใจตามภูมิตามชั้นของการงานที่กระทำนั้น และยิ่งในเวลาที่จะหลับนอนจิตใจจะกังวลอยู่กับสิ่งใดสิ่งหนึ่งหาได้ไม่ เพราะถ้าจิตใจมีกังวล มีห่วงใย มีอาลัย มีวิตกตรึกนึกคิดวุ่นวายอยู่แล้ว ก็ทำให้นอนไม่ได้ เพราะจะนอนก็นอนไม่หลับ จึงจำเป็นที่จะต้องพักกังวลพักอาลัยพักวิตกคือความตรึกนึกคิดในเรื่องทั้งหลายเสียให้หมดสิ้น ใจปล่อยจากอารมณ์ที่วิตกกังวลนั้น จิตใจปล่อยเมื่อใดความหลับก็มาเมื่อนั้น นับว่าเป็นการพักผ่อนที่ร่างกายต้องการอยู่เป็นประจำ ใจเองจึงต้องการความสงบ ร่างกายเองก็ต้องการความสงบอยู่เป็นอันมาก นี้นับว่าเป็นความสงบที่เป็นสามัญทั่วไปซึ่งทุกคนควรมีอนุสสติคือระลึกถึง อันเกี่ยวแก่สถานที่ อันเกี่ยวแก่ที่ร่างกายและจิตใจต้องการแม้ดั่งที่กล่าวนี้ ระลึกให้จำได้ว่าลักษณะที่เป็นความสงบนั้นเป็นอย่างไร เป็นความเงียบเป็นความปราศจากกังวล ปราศจากอาลัย ปราศจากวิตกนึกคิดฟุ้งซ่าน แต่เป็นความว่างเป็นความปล่อยเป็นความวาง ซึ่งลักษณะเหล่านี้เป็นลักษณะที่จะทำให้จิตใจมีความสุข มีอิสระเป็นใหญ่จากเครื่องวิตกกังวลทั้งหลายเป็นต้น เป็นเสรีเรียกว่ามีอำนาจของตนเอง ไม่ต้องถูกบีบบังคับ ไม่ต้องถูกชักจูง ไม่ต้องวุ่นวาย ไม่ต้องเดือดร้อน เป็นลักษณะเรียกว่าสงบอันเป็นคำรวม หรือว่าสงบระงับ ซึ่งลักษณะดังกล่าวนี้เองนับได้ว่าเป็นลักษณะของความสุขอย่างหนึ่งที่ชีวิตนี้ต้องการ ที่ร่างกายต้องการ ที่จิตใจต้องการ

ความสงบขั้นศีล

คราวนี้มาถึงสันติคือความสงบ อุปสมะ ความสงบระงับอันเป็นธรรมปฏิบัติตามคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าย่อมเป็นสิ่งที่ละเอียดขึ้นไปอีกตามภูมิตามชั้น ฉะนั้น จึงสมควรที่จะตรวจดูความสงบที่เป็นขั้นศีล คือเมื่อตั้งใจปฏิบัติศีลโดยตั้งใจงดเว้นจากภัยเวรนั้น ๆ หรือจากความประพฤติที่ทรงห้ามไว้จากสิกขาบทนั้น ๆ ตั้งแต่ศีลห้าขึ้นไปว่าได้รับผลเป็นความสงบอย่างไรบ้าง ถ้าไม่พิจารณาก็อาจจะไม่มองเห็นผลถนัดนัก และบางทีกลับจะมองเห็นความเดือดร้อนของศีล คือมองเห็นว่าศีลเป็นเครื่องจำกัดอิสรภาพเสรีภาพของความประพฤติ ต้องเว้นจากสิ่งนั้นต้องเว้นจากสิ่งนี้ คือจะทำอย่างนี้ก็ไม่ได้จะทำอย่างนั้นก็ไม่ได้ จะพูดอย่างนั้นก็ไม่ได้จะพูดอย่างนี้ก็

ไม่ได้ มีศีลห้าข้อก็เท่ากับว่ามีเครื่องจำกัดอยู่ห้าอย่าง มีศีลแปดก็มีเครื่องจำกัดอยู่แปดอย่าง ศีลยิ่งขึ้นไปเป็นศีล ๑๐ ศีล ๒๒๗ ก็มีเครื่องจำกัดอยู่ ๑๐ อย่าง ๒๒๗ อย่าง จนถึงรู้สึกเหมือนกับว่าเป็นรั้วล้อมหรือเป็นห้องขัง ศีลยิ่งมากก็ยิ่งถูกขังจนอึดอัด จะทำอะไรก็ไม่ได้จะพูดอะไรก็ไม่ได้เป็นต้น เป็นการหมดอิสระเสรีภาพ เมื่อมองอย่างนี้แล้วก็ทำให้รู้สึกไม่สงบ ใจก็ฟุ้งซ่านอยากจะแหวกศีลออกไป คือว่าศีลเหมือนอย่างเป็นคอกขังเอาไว้ จึงไม่พบความสงบไม่พบผลของศีล แต่ว่าถ้าพิจารณาอีกด้านหนึ่งว่า ความรู้สึกที่เป็นดั่งนั้น อะไรทำให้รู้สึกดั่งนั้น ก็จะพบว่าตัณหาคือความดิ้นรนทะยานอยากนั้นเองเป็นเหตุให้มีความรู้สึกอย่างนั้น เพราะตัณหาคือความดิ้นรนทะยานอยากนั้นเอง ตัณหาไปในทางกาม คือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ที่น่าใคร่น่าปรารถนาน่าพอใจบ้าง เป็นตัณหาไปในทางความอยากเป็นนั่นเป็นนี่บ้าง เป็นตัณหาไปในทางที่อยากจะให้สิ่งที่ไม่ชอบภาวะที่ไม่ชอบทั้งหลายหมดสิ้นไปบ้าง ถูกทำลายไปบ้าง เพราะความอยากเหล่านี้เอง เมื่อความอยากมี ๑๐ อย่างก็ดิ้นรนไป ๑๐ อย่าง ความอยากมี ๒๐ อย่างก็ดิ้นรนไป ๒๐ อย่าง

ความสงบตัณหา

อันศีลของพระพุทธเจ้านั้นทรงบัญญัติไว้สำหรับเป็นเครื่องป้องกันตัณหาคือความอยากในใจนี้เอง โดยที่ทรงเห็นว่าตัณหาอย่างแรงนั้นย่อมอยากไปในห้าอย่าง จึงได้ทรงบัญญัติศีลห้ากันเอาไว้ว่า ถ้าตัณหาดิ้นรนไปในทางนี้ก็ไปติดศีลข้อนี้ เช่นตัณหาดิ้นรนไปในทางที่อยากจะฆ่าเขาก็ไปติดศีลในข้อที่ให้เว้นจากการฆ่าดั่งนี้เป็นต้น คราวนี้สำหรับฆราวาสทั่วไปนั้นห้าข้อก็เพียงพอ แต่สำหรับบรรพชิตซึ่งต้องการทำความทุกข์ให้สิ้น ต้องการดับตัณหา จึงมีบัญญัติศีลเอาไว้มาก เพราะทรงทราบว่าตัณหาจะดิ้นรนไปในทางใดบ้าง ดิ้นรนไป ๑๐๘อย่าง ก็ต้องบัญญัติศีล ๑๐๘ ข้อ ดั่งนี้เป็นต้น เพื่อป้องกันตัณหานั้นเอง สำหรับที่จะระงับดับตัณหาลงไปนั้นเอง พึงพิจารณาดูก็จะเห็นว่า เมื่อตัณหาดิ้นไปทางนั้น ดิ้นไปทางนี้ ดิ้นไปทางโน้น เมื่อไปติดอยู่ในศีลข้อนั้นข้อนี้ออกไปไม่ได้ เพราะผู้ปฏิบัติมั่นอยู่ในวิรัติคือความงดเว้น เชื่อฟังตามพระบัญญัติอยู่ ครั้นดิ้นรนหนักเข้าออกไปไม่ได้ตัณหานั้นก็จะสงบ เมื่อตัณหาสงบหายไปแล้วนั่นแหละ ความสงบจึงจะมาเป็นสันติความสงบระงับซึ่งเป็นขั้นหลัง ในขั้นแรกนั้นจะพบกับความวุ่นวายสับสนอันเป็นตัวตัณหานั้นเอง ตัณหาออกไปไม่ได้ หนัก ๆ เข้าตัณหาก็เหนื่อยก็สงบ และผู้ปฏิบัติในศีลจะพบสันติคือความสงบ คือความสงบตัณหานั้นเอง สงบตัณหานี้แหละนับว่าเป็นสุขของใจอย่างแท้จริงอันเป็นความสุขที่เป็นขั้นสูงขึ้นมาจากความสุขที่เกิดจากตัณหา อันความสุขที่เกิดจากตัณหานั้นเป็นความสุขที่วู่วาม ชั่วคราวประเดี๋ยวประด๋าว เหมือนอย่างการบริโภคอาหารที่มีรสอร่อยในขณะที่บริโภค รสหวานบ้าง รสเค็มบ้าง รสเปรี้ยวบ้าง อร่อยในขณะที่บริโภค

อร่อยที่ลิ้นเท่านั้น กลืนลงไปแล้วบริโภคแล้วความอร่อยนั้นก็หายไป ทำไมจึงต้องอร่อย เพราะความอร่อยนั้นเป็นเครื่องล่อใจล่อลิ้นให้ต้องบริโภค ถ้าหากว่าไม่มีรสอร่อยเป็นเครื่องล่อแล้ว คนเราจะไม่ยอมกินอาหารเข้าไป ชีวิตก็อยู่ไม่ได้ จึงต้องมีสิ่งเป็นเครื่องล่อคือเป็นรสต่าง ๆ และรสที่อร่อยอันเป็นความสุขนั้นก็แค่ลิ้นในขณะที่บริโภคเท่านั้น รสต่าง ๆ อันเป็นความอร่อยอันเป็นความสุขซึ่งนับว่าเป็นผลของตัณหานั้น ล้วนเป็นรสเป็นความอร่อยเป็นความสุขผิวเผิน เหมือนอย่างรสอาหารดังที่กล่าวมาแล้ว วู่วามอยู่ชั่วครู่ชั่วขณะแล้วก็หายไป ฉะนั้น จึงได้ตรัสสอนไว้ว่า เป็นสิ่งที่มีสุข มีความอร่อยน้อย แต่ว่ามีทุกข์มาก เพราะว่าความทุกข์ต่าง ๆ อันเป็นผลสืบต่อมาจากความเอร็ดอร่อยนั้นมากมายหลายประการนัก เพราะฉะนั้น เมื่อพิจารณาให้รู้สิ่งนี้แล้ว ก็พยายามที่จะสงบใจให้ได้จากรสจากความอร่อยจากความสุขอันวู่วามอันเป็นผลของตัณหาต่าง ๆ ดังกล่าวมานี้อันเป็นไปในอารมณ์หรือกามคุณารมณ์ทั้งหลาย สงบตัณหาลงไปได้แล้วจะพบสันติคือความสงบ หรือความสงบระงับอันเป็นสิ่งที่ละเอียด และนับได้ว่าเป็นความสุขที่เย็นเป็นความสุขที่สงบ นับเป็นความสุขที่แท้จริงแม้ในขั้นศีล และนอกจากเป็นความสุขที่จิตใจจะพึงได้รับอย่างละเอียดดังนี้แล้ว ยังเป็นความสงบระงับภัยเวรทั้งหลายด้วย เพราะว่าเมื่อรักษาวิรัติเจตนาความงดเว้นเอาไว้ได้แล้ว ก็จะไม่ฆ่าเขาจะไม่ลักของเขาเป็นต้น เมื่อเป็นดั่งนี้แล้วก็สงบภัยสงบเวรเพราะเหตุที่จะต้องไปทำดั่งนั้น เมื่อสงบภัยสงบเวรได้ก็เป็นสันติ คือความสงบจากภัยจากเวร อันส่งผลให้เป็นความสุขสืบต่อไปอีกมากมายหลายอย่างหลายประการนัก

ความระลึกถึงความสงบคือสันติหรืออุปสมะแม้ที่ได้จากศีลให้ถูกต้องแม้ตามที่กล่าวมานี้จึงเป็นสิ่งที่มีประโยชน์ และแม้ว่าจะยังไม่พบกับสันติมากนัก เพราะเหตุว่ายังสงบระงับตัณหายังไม่ได้มากนัก ใจยังอยากอยู่ ยังฟุ้งซ่านอยู่ก็ตาม แต่ถ้าหมั่นพิจารณาตรึกตรองอยู่เนือง ๆ แล้วจะมองเห็นความจริงและจะสงบตัณหาคือความดิ้นรนทะยานอยากในใจลงได้ จะอยู่กับศีลได้อย่างเป็นมิตรเป็นสหาย และเคยเห็นว่าศีลเป็นคอกล้อม เป็นห้องขัง ก็จะกลับเห็นตรงกันข้ามว่าศีลนั้นเป็นสิ่งที่เป็นอิสระเป็นเสรี เป็นไทด้วยประการทั้งปวง เมื่อสงบตัณหาลงได้เสียแล้ว ศีลนั้นจะเป็นแดนที่เกษม เป็นแดนที่ปลอดภัย เป็นสิ่งที่ปรารถนาต้องการ ผู้มีศีลจะรู้สึกว่ามีอิสระมีเสรีอย่างแท้จริง โดยที่มีอิสระเสรีจากตัณหานั้นเอง จึงเป็นไทแก่ตนเอง เป็นอันว่าได้ปฏิบัติทำตนให้พ้นจากความเป็นทาสของตัณหาซึ่งเป็นขั้นหยาบ แม้จะยังมีตัณหาก็จะเป็นนายของตัณหาแต่ว่าไม่เป็นทาสของตัณหา เพราะว่าจะเป็นผู้ใช้ตัณหาคือความดิ้นรนทะยานอยากนี้ให้เป็นไปในทางที่ชอบ

๒๕ สิงหาคม ๒๕๑๕

ครั้งที่ ๓๐ อุปสมานุสสติ ขั้นสมาธิ

กายวิเวก

ในเบื้องต้นก็ขอเชิญชวนให้ทุก ๆ ท่านเจริญอนุสสติข้ออุปสมานุสสติ ระลึกถึงความสงบหรือความสงบระงับ ได้แสดงนำความสงบในขั้นศีลแล้ว วันนี้จะแสดงนำในขั้นสมาธิ แต่จะขอกล่าวเพิ่มเติมในขั้นศีลอีกหน่อยหนึ่งว่า ความสงบในขั้นนี้ท่านเรียกอีกชื่อหนึ่งว่า "กายวิเวก" ความสงบสงัดทางกาย ความมีศีลประกอบด้วยความงดเว้นจากความประพฤติที่เป็นภัยเป็นเวรที่ชั่วที่ผิดทั้งหลาย เรียกว่าเป็นความสงบสงัดทางกาย เพราะว่าเว้นจากความวุ่นวายทางกายอันเกิดจากกรรม คือการงานที่กระทำเป็นไปในทางเบียดเบียนก่อภัยก่อเวรทั้งหลาย จึงเป็นผู้ที่มีกายอันสงบอันหมายถึงมีกรรมอันสงบ และก็มิได้หมายจำเพาะกรรมทางกายอย่างเดียวเท่านั้น กรรมทางวาจากรรมทางใจก็สงบด้วย แต่ก็นับอยู่ในข้อนี้

อีกอย่างหนึ่ง กายวิเวกหมายถึงการปลีกกายออกไปอยู่ในที่อันสงบสงัด เช่นในป่าในเรือนว่างหรือในที่อันสงบสงัดทั้งหลาย ปราศจากความคลุกคลีด้วยบุคคลและด้วยเรื่องทั้งหลาย ความที่นำกายออกไปอยู่ในที่อันสงบสงัดดั่งนี้ก็เรียกว่า กายวิเวก ย่อมเป็นอุปการะอย่างดีในการที่จะปฏิบัติอบรมจิตใจอันเรียกว่าจิตตภาวนา การอบรมจิตใจอันเป็นทางสมาธิหรือสมถะ และทางปัญญาหรือวิปัสสนา

ความสงบขั้นสมาธิ

สันติคือความสงบ อุปสมะคือความสงบระงับในขั้นสมาธินั้นโดยตรงก็หมายถึงความสงบทางจิตใจซึ่งเป็นของจำเป็นทั้งแก่ความดำรงชีวิต ทั้งแก่การที่จะเล่าเรียนศึกษาประกอบการงานตลอดถึงที่จะปฏิบัติทำจิตตภาวนาดังกล่าว พิจารณาดูก็จะเห็นได้ว่าจิตใจนี้ต้องการความสงบเพียงไรโดยปรกติจิตใจนี้ย่อมจะอยู่กับอารมณ์คือเรื่องทั้งหลาย คิดถึงเรื่องนั้นบ้าง คิดถึงเรื่องนี้บ้าง และก็มักจะเพลิดเพลินอยู่กับเรื่องที่ชวนให้เพลิดเพลินทั้งปวง อันเรื่องที่ชวนให้เพลิดเพลินทั้งปวงนั้นก็เป็นเรื่องที่ประสบพบพานทางตาบ้าง ทางหูบ้าง ทางจมูกบ้าง ทางลิ้นบ้าง ทางกายบ้าง ทางใจเองบ้าง ดังจะพึงเห็นได้ว่า ตั้งแต่ตื่นนอนขึ้นมาตอนเช้า ลืมตาขึ้นก็มองเห็นบุคคลนั้นบุคคลนี้สิ่งนั้นสิ่งนี้ เมื่อเป็นบุคคลและสิ่งที่เป็นที่รักใคร่พอใจก็ทำให้มีความเพลิดเพลินยินดี ใจก็มักจะอยู่กับสิ่งที่ชวนให้เพลิดเพลินยินดีดั่งนี้อยู่เป็นประจำ และก็ทำให้ขวนขวายแสวงหาสิ่งที่ชวนให้เพลิดเพลินยินดีดั่งกล่าวนี้มาไว้ให้พร้อมมูลบริบูรณ์ อยากจะได้สิ่งนั้นอยากจะได้สิ่งนี้ก็แสวงหามาสำหรับนำให้เกิดความเพลิดเพลินยินดี แต่ว่าก็หาอาจที่จะพบกับความเพลิดเพลินยินดีแต่อย่างเดียวไม่ ยัง

จะต้องพบกับสิ่งที่ไม่น่าปรารถนาพอใจ ลืมตาขึ้นก็อาจจะมองเห็นเป็นบุคคลบ้างเป็นสิ่งของบ้างที่ไม่น่าปรารถนาพอใจ ในวันหนึ่ง ๆ ก็จะต้องพบสิ่งนั้นสิ่งนี้บุคคลนั้นบุคคลนี้ที่ไม่น่าปรารถนาพอใจ เมื่อเป็นดั่งนี้ก็นำให้บังเกิดความกระทบกระทั่งขัดใจโกรธแค้นขัดเคืองตรงกันข้ามกับความเพลิดเพลินยินดีดังกล่าวมาข้างต้น จึงกล่าวว่าจิตใจนี้ย่อมพบกับสิ่งที่น่าเพลิดเพลินยินดีและสิ่งที่น่ายินร้ายไม่ชอบใจ จิตใจจึงประกอบด้วยความยินดียินร้ายอยู่เป็นประจำไม่มากก็น้อย ถ้าพบกับสิ่งดังกล่าวนี้เป็นส่วนน้อยพอประมาณก็ไม่กระทบกระเทือนอะไรมากนัก แต่ว่าถ้าพบสิ่งเหล่านี้ที่รุนแรงซึ่งทำให้ยินดีมากหรือว่ายินร้ายมาก จิตใจก็วุ่นวายมากฟุ้งซ่านมากทั้งในทางขึ้นทางลงทั้งในทางได้ทางเสีย เพราะฉะนั้น เมื่อพิจารณาดูแล้วก็จะพอมองเห็นว่า จิตใจโดยปรกติที่อยู่กับอารมณ์คือเรื่องทั้งหลายอันประสบพบผ่านเข้ามาทางตาบ้าง ทางหูบ้างเป็นต้น ย่อมจะขึ้นลงอยู่ด้วยความยินดียินร้ายเหมือนอย่างน้ำในทะเลหรือในมหาสมุทรที่เป็นคลื่นอยู่เสมอ ที่จะราบเรียบปรกตินั้นเป็นการยาก อย่างไม่มีอะไรก็เป็นคลื่นน้อย ๆ เป็นระลอกน้อย ๆ ขึ้นลง ถ้าหากว่าถูกฤดูมรสุมมีลมแรงคลื่นก็แรงจัดขึ้น และในขณะที่ต้องประสบมรสุมดังกล่าวนี้ก็จะรู้สึกว่าเป็นขณะที่มีสุขมาก หรือไม่เช่นนั้นก็รู้สึกว่ามีทุกข์มาก จนถึงกับต้องเป็นอันตรายเพราะทนคลื่นไม่ไหวทั้งในด้านขึ้นและด้านลง ดั่งนี้ก็มี

อีกประการหนึ่ง นอกจากจะเป็นคลื่นลมเกี่ยวแก่ยินดียินร้ายทั่วไปดังกล่าวแล้ว ยังจะต้องประสบกับการได้การเสียอันเป็นคติธรรมดาอีกด้วย ความเกิดก็เป็นความได้คือได้ชีวิตนี้มา เมื่อได้มาแล้วก็บ่ายหน้าไปสู่ความเสียคือความแก่ ความเจ็บจนถึงความตายในที่สุด นอกจากนี้เมื่อได้สิ่งอันใดมาอันเป็นสิ่งที่น่าปรารถนาพอใจ การได้นั้นเมื่อได้มาแล้วก็หมายความว่าเป็นการเริ่มต้นของการเสียนั้นเอง ไม่ว่าจะเป็นบุคคล ไม่ว่าจะเป็นทรัพย์สมบัติอันใดอันหนึ่ง เพราะว่าทุก ๆ สิ่งที่ได้มานั้นก็จะต้องแปรปรวนเปลี่ยนแปลงไปตามคติธรรมดาหรือตามเหตุการณ์ทั้งหลาย ทั้งผู้ที่ได้มาเองก็ต้องแปรปรวนเปลี่ยนแปลงไป ฉะนั้นทุก ๆ สิ่งที่ได้มาไม่ว่าจะเป็นอะไรทั้งนั้น ถ้าสิ่งเหล่านั้นไม่สิ้นไปหมดไปก่อน เจ้าของเองก็จะต้องสิ้นไปหมดไป คือในที่สุดก็จะต้องละทิ้งชีวิตอันนี้พร้อมทั้งสิ่งต่าง ๆ ไป เมื่อเกิดมานั้นกรรมเป็นผู้ให้เกิด ก็มากับบุญและบาปที่ได้กระทำไว้ในขณะที่ไปในที่สุดก็ไปกับบุญและบาปเท่านั้น ร่างกายอันนี้ชีวิตอันนี้ก็ต้องทิ้งไว้ในโลกนี้ทั้งหมดพร้อมทั้งทุก ๆ สิ่ง เพราะฉะนั้น ทุก ๆ สิ่งที่เรียกว่าได้นั้นไม่ว่าอะไรทั้งนั้นก็หมายถึงว่าเป็นการเริ่มต้นของการเสียไปนั้นเอง เมื่อไม่ได้พิจารณาให้ตระหนักถึงความจริงดั่งนี้ ย่อมมีความดีใจเมื่อได้และมีความเสียใจเมื่อเสีย ก็ตกว่าต้องยินดียินร้าย ต้องมีความโศกระทม มีการร้องไห้บ้างหัวเราะบ้างสลับกันไปซึ่งเป็นธรรมดาของชีวิต

ฉะนั้น จิตใจที่ขึ้นลงอยู่ด้วยการได้การเสียด้วยความยินดียินร้ายอย่างเบาบ้าง อย่างปานกลางบ้าง อย่างหนักบ้าง จึงเป็นจิตใจที่ไม่สงบ แต่คนโดยมากนั้นมักจะเห็นว่าไม่สงบในเมื่อพบกับภาวะที่รุนแรง แต่ว่าภาวะที่เป็นธรรมดามักจะมองไม่เห็นว่าไม่สงบ และนอกจากนี้โดยทั่วไปก็มักจะมองไม่เห็นว่า อันความเพลิดเพลินยินดีดังกล่าวมาข้างต้นอันรวมถึงสิ่งที่น่าเพลิดเพลินยินดีอันนำให้เกิดความเพลิดเพลินยินดีนั้น อันที่จริงก็เป็นความไม่สงบอย่างหนึ่งด้วย แต่ว่าเข้าใจว่าเป็นความสงบเป็นความสุข ก็ยินดีพอใจอยู่เพียงเท่านั้น ครั้นไปพบสิ่งที่น่ายินร้ายมีความยินร้ายขึ้นจึงรู้สึกว่าเป็นทุกข์ไม่สงบ แต่ถ้าพิจารณาดูให้ดีแล้วก็จะเห็นว่าไม่สงบทั้งสองอย่าง เพราะมีอาการที่เป็นความขึ้นลงน้อยหรือมากและจะเลือกเอาอย่างใดอย่างหนึ่งไม่ได้ ต้องการได้โดยไม่ให้มีเสียก็ไม่ได้ เมื่อต้องการจะได้ก็ต้องพร้อมที่จะเสีย เพราะการเสียนั้นก็ย่อมมีเป็นธรรมดาดังที่กล่าวมาข้างต้น เพราะฉะนั้น ผู้ที่ไม่ได้ปฏิบัติทางจิตใจ นึกแต่ว่าต้องได้และสิ่งที่จะได้นั้นคิดว่าจะต้องอยู่จะต้องเป็นไปตามที่ปรารถนาต้องการ ครั้นไปพบกับความไม่สมปรารถนาไปพบกับการเสียเข้า จึงต้องเป็นทุกข์มากวุ่นวายมากไม่สามารถที่จะระงับจิตใจได้ และนอกจากนี้ตัณหาคือความดิ้นรนทะยานอยากหรือสิ่งที่ต้องการปรารถนาดังกล่าวเป็นต้น ยังเป็นเหตุให้ก่อกรรมที่เป็นอกุศลต่าง ๆ น้อยหรือมากอีกด้วย เพราะฉะนั้น พิจารณาดูให้ดีว่าความสุขนั้นอยู่ที่ไหน ถ้าเห็นว่าความสุขอยู่ที่ความยินดีสิ่งที่น่ายินดีก็ต้องพบกับความทุกข์ สิ่งที่ตรงกันข้าม ถ้าเห็นว่าความสุขอยู่ที่การได้ ก็จะต้องพบกับความทุกข์คือการเสีย

จิตตวิเวก

พระพุทธเจ้าได้ตรัสสอนให้ทำสมาธิ คือให้หัดทำจิตใจให้สงบ โดยที่ทิ้งอารมณ์คือเรื่องที่น่ายินดียินร้ายทั้งหลายที่ทำให้เกิดคลื่นขึ้นในจิตใจดังกล่าว มาปฏิบัติทำสมาธิกำหนดจิตในอารมณ์ของสมถกรรมฐาน กรรมฐานที่เป็นอุบายสงบใจในทางสติปัฏฐานทั้งสี่ ตั้งสติพิจารณากายเวทนาจิตธรรมหรือว่ายกเอาข้อใดข้อหนึ่ง เพื่อให้จิตสงบจากกามและอกุศลธรรมทั้งหลายมาตั้งอยู่ในอารมณ์ของสมาธิ เมื่อเป็นดั่งนี้แล้วจะพบกับภาวะอีกอย่างหนึ่งอันเรียกว่า “จิตตวิเวก” ความสงบสงัดทางจิต พ้นจากอารมณ์ที่น่ายินดียินร้ายทั้งหลาย พ้นจากอารมณ์ที่ได้ที่เสียทั้งหลายดังกล่าวมาข้างต้น สุขที่เกิดจากสมาธินี้จึงเป็นสุขที่เกิดจากความสงบอีกขั้นหนึ่ง ซึ่งผู้ที่ได้ความสุขอันเกิดจากสมาธิแล้วก็อาจจะพิจารณาเทียบเคียงกับความสุขที่ได้เกี่ยวกับกระแสคลื่นของอารมณ์ที่น่ายินดียินร้ายอันกล่าวมาข้างต้นนั้นได้ ว่าแตกต่างกันอย่างไร จะมองเห็นชัดว่าความสุขอันเกิดจากกระแสคลื่นที่ขึ้นลงอันกล่าวมาข้างต้นนั้น เป็นความสุขบนทุกข์ เป็นความสุขประเดี๋ยวประด๋าว เป็นความสุขที่ไม่อิ่มไม่เต็มไม่พอ และมีเป็นอันมากที่ให้ความทุกข์มากกว่า และถ้ามีความหลงยึดถืออยู่เป็นอย่างยิ่งแล้วก็จะให้ทุกข์เป็นอันมาก ความสุขที่ได้นั้นเป็นส่วนน้อย แต่

ว่าความสุขที่เกิดจากสมาธิอันเป็นความสงบสงัดจากกามและอกุศลธรรมทั้งหลายนั้น เป็นความสุขที่บริสุทธิ์ขึ้นมากกว่า เป็นความสงบไม่วุ่นวายทางจิตใจ จิตใจจะปลอดโปร่งแช่มชื่นแจ่มใสสว่างไสว ทั้งจะเป็นจิตใจที่อ่อน แต่ไม่ใช่อ่อนแอ ไม่แข็งกระด้าง เป็นความอ่อนละมุนละไมที่งดงามควรแก่การงาน คืออาจสามารถที่จะปฏิบัติความดีความชอบโดยเฉพาะที่จะทำจิตตภาวนาสืบไปได้

เพราะฉะนั้น สันติคือความสงบ สงบจากนิวรณ์ สงบจากกามและอกุศลธรรมทั้งหลายทางจิตใจอันเกิดจากอำนาจของสมาธิดั่งนี้ จึงเป็นสันติหรืออุปสมะ ความสงบระงับอีกขั้นหนึ่งซึ่งทุกคนควรจะระลึกตรวจพิจารณาดูเพื่อให้เห็นประโยชน์ของความสงบดังกล่าว ผู้ที่เคยได้ความสงบจากสมาธิมาบ้างก็จะทำให้จิตใจมีความอิ่มเอิบ เกิดฉันทะอุตสาหะในการที่จะปฏิบัติยิ่งขึ้นและบุคคลผู้ที่ยังไม่ได้ทำสมาธิเมื่อพิจารณาไปตามแม้ที่แสดงก็อาจจะเกิดฉันทะอุตสาหะในการที่จะปฏิบัติขึ้น เพื่อให้พบกับสันติหรืออุปสมะอันจะให้ความสุขที่ละเอียดประณีตยิ่งขึ้นไปกว่าความสุขสามัญทั้งปวง

๒๖ สิงหาคม ๒๕๑๙

ครั้งที่ ๓๑ อุปสมานุสสติ ขั้นปัญญา

ในเบื้องต้นก็ขอเชิญชวนให้ระลึกถึงอนุสสติข้ออุปสมานุสสติ ระลึกถึงธรรมเป็นเครื่องสงบระงับหรือความสงบระงับ ได้แสดงถึงอนุสสติข้อนี้มาสองคราวแล้ว คราวแรกความสงบระงับในขั้นศีล คราวที่สอง ความสงบระงับในขั้นสมาธิ วันนี้จะแสดงถึงความสงบระงับในขั้นของปัญญา ความสงบระงับในขั้นนี้ต้องอาศัยปัญญาที่พิจารณาจนบังเกิดความรู้แจ้งเห็นจริง ปัญญาจึงมีสองอย่าง ปัญญาที่เป็นส่วนเหตุ ได้แก่ปัญญาที่เป็นเครื่องพิจารณา ปัญญาที่เป็นส่วนผลได้แก่ความรู้แจ้งเห็นจริงทำให้บังเกิดสันติคือความสงบระงับเป็นอย่างดียิ่ง ก็เพราะว่าอันความสงบระงับด้วยปัญญานั้นเป็นความระงับจากความหลง หรือจะเรียกว่าจากอวิชชา ความไม่รู้แจ้งเห็นจริง โมหะ ความหลง มิจฉาทิฏฐิ ความเห็นผิด ทำให้พบกับความสงบระงับหรือสันติอย่างดียิ่ง ก็พึงพิจารณาดูถึงการที่ได้พบความจริงอันเป็นปัญญาในข้อใดข้อหนึ่งแม้ในทางคดีโลก เมื่อเป็นความจริงแท้แล้วย่อมให้เกิดประโยชน์ ระงับความหลงเข้าใจผิดด้วยประการทั้งปวง และความสงบระงับในขั้นนี้ย่อมเป็นการพบทางที่ถูกต้อง ทำให้ปฏิบัติชอบปฏิบัติถูกต้องยิ่งขึ้นสืบต่อไปด้วย

ระงับความหลงตน

อันความหลงทั้งหลายนั้น ความหลงในตนย่อมเป็นความหลงอันสำคัญที่สุด เป็นตัวอวิชชา เป็นโมหะ เป็นความหลงผิด รวมอยู่ในความหลงตนนี้ อันความหลงตนนั้นพิจารณาดูให้ดีว่าคืออย่างไร อันความหลงตนก็ตั้งต้นแต่ความหลงยึดถือทั้งหลาย อันเป็นความยึดถือที่ผิดด้วยอำนาจของความโลภโกรธหลงทั้งหลายทั่ว ๆ ไป อันเป็นเหตุให้บังเกิดอคติคือความลำเอียงไปด้วยอำนาจของความรักความพอใจบ้าง ด้วยอำนาจของความชังความโกรธแค้นขัดเคืองบ้าง ด้วยอำนาจของความหลงบ้าง ด้วยอำนาจของความกลัวบ้าง ความเดือดร้อนทั้งหลายย่อมเกิดจากความหลงที่ถือเอาผิดดังนี้ เพราะฉะนั้น เมื่อใช้ปัญญาพิจารณาว่า ความยึดถือในสิ่งที่ว่าเป็นที่รักก็ดี ในสิ่งที่ว่าเป็นที่ชังไม่ชอบก็ดี ในสิ่งที่หลงใหลติดอยู่ก็ดี ในสิ่งที่กลัวก็ดี ว่าความจริงเป็นอย่างไร พิจารณาดูเป็นขั้น ๆ ในขั้นต่ำที่สุดก็คือพิจารณาถึงกรรม คือการงานที่กระทำของบุคคลที่ชอบหรือที่ชังเป็นต้นเหล่านั้นว่า ความชอบความชังเป็นต้นย่อมบังเกิดขึ้นเพราะความที่ไปยึดถือในกรรมที่เขากระทำ เหมือนอย่างว่าเขาทำให้แก่ตน เมื่อเขาทำในสิ่งที่ชอบใจก็เกิดความชอบ เมื่อเขาทำในสิ่งที่ไม่ชอบใจก็เกิดความชัง เพราะไปรับเอากรรมที่เขาทำนั้นมาเป็นของตนหรือว่ามาเกี่ยวเนื่องกับตน แต่ถ้าหากว่าได้พิจารณาตามหลักกรรมของพระพุทธเจ้าว่ากรรมที่บุคคลทำย่อมเป็นของผู้ทำนั้นเอง คือกระทำความชั่ว ความชั่วก็เป็นของผู้ทำ กระทำ

ความดี ความดีก็เป็นของผู้ทำ พิจารณาให้เห็นจริงตามคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าแล้วไม่รับเอากรรมของเขามาเป็นของตนหรือมาเกี่ยวเนื่องกับตน ก็ย่อมจะวางความชอบหรือความชังเพราะเหตุที่เขากระทำดีหรือไม่ดีนั้น ๆ ได้

นอกจากนี้ความชอบความชังที่เนื่องมาจากความหลงยึดถือทั้งหลาย เป็นต้นว่าความหลงยึดถือในสิ่งที่ไม่เที่ยงว่าเป็นของเที่ยง ในสิ่งที่เป็นทุกข์ว่าเป็นสุข ในสิ่งที่เป็นอนัตตามิใช่ตัวตนว่าเป็นอัตตาตัวตน ในสิ่งที่เป็นอสุภะคือไม่งดงามว่าเป็นสุภะคือความสวยงาม ความหลงยึดถือเหล่านี้ทำจิตใจให้เป็นจิตวิปลาส ทำทิฏฐิความเห็นให้เป็นทิฏฐิวิปลาส ทำสัญญาความกำหนดให้เป็นสัญญาวิปลาส เพราะฉะนั้น ก็ให้พิจารณาดูตามที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอนว่ามีอะไรบ้างที่ยึดถืออยู่นั้นเป็นของเที่ยง เป็นสุข เป็นอัตตาตัวตน หรือเป็นของที่งดงามจริง ๆ ร่างกายของตนเองก็ดี ของบุคคลอื่นก็ดี สิ่งที่เนื่องกับร่างกายจะเป็นทรัพย์สมบัติจะเป็นสิ่งอันใดอันหนึ่งก็ตามที ล้วนเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ต้องแปรปรวนเปลี่ยนแปลงไป ไม่ใช่เป็นของตนที่แท้จริงและไม่เป็นสิ่งสวยงาม ความสวยงามนั้นก็มีอยู่แค่พื้นผิวภายนอก เช่นที่ตามองเห็นเท่านั้น แต่ตามความเป็นจริงแล้วล้วนเป็นสิ่งประกอบปรุงแต่งกันขึ้นมาเป็นชิ้นเป็นอันต่าง ๆ ทั้งนั้น พิจารณาดั่งนี้แล้ว เมื่อความจริงปรากฏขึ้นก็จะทำให้ความดิ้นรนทะยานอยากที่เรียกว่าตัณหานั้นสงบ ทำให้ความยึดถือสงบ

สุขจากความปล่อยวาง

เมื่อตัณหาความดิ้นรนทะยานอยากอุปาทานความยึดถือสงบ ความปล่อยวางอันเป็นความพ้นก็บังเกิดขึ้น ความสงบระงับตัณหาอุปาทานอันเป็นความปล่อยวางดั่งนี้เป็นตัวความสุขอย่างยิ่ง อันความทุกข์ทั้งหลายจะเป็นโสกะ ความแห้งใจ ปริเทวะ ความคร่ำครวญใจ ทุกขะ ความไม่สบายกายที่เนื่องมาจากใจ โทมนัสสะ ความไม่สบายใจต่าง ๆ หรือที่รวมกันเรียกว่าความทุกข์อันเกิดจากการประจวบกับสิ่งอันไม่เป็นที่รัก ความทุกข์ที่เกิดจากความพลัดพรากจากสิ่งอันเป็นที่รัก ความปรารถนาไม่ได้สมหวัง เหล่านี้ย่อมเกิดเพราะตัณหาอุปาทานทั้งนั้น คือมีความดิ้นรนทะยานอยาก และมีความยึดถือในสิ่งอันใดว่า สิ่งอันนี้เป็นที่รักเมื่อพลัดพรากย่อมจะบังเกิดความทุกข์ มีความอยากยึดถือว่าสิ่งอันใดไม่เป็นที่รักไปประจวบเข้าก็ย่อมจะเป็นทุกข์ รวมความว่าเป็นความปรารถนาไม่ได้สมหวัง เพราะอันความปรารถนาที่ไม่ได้สมหวังนั้นก็คือว่าพบกับสิ่งที่ไม่เป็นที่รัก หรือพลัดพรากจากสิ่งที่เป็นที่รักนั้นเอง และสิ่งที่จะเป็นที่รักและไม่เป็นที่รักนั้นก็ตัณหาอุปาทานนั่นแหละสร้างขึ้นมา สร้างขึ้นมาจากอะไร ก็สร้างขึ้นมาจากอวิชชาความไม่รู้สัจจะคือความจริง สร้างขึ้นมาจากโมหะ คือความหลง สร้างขึ้นมาจากมิจฉาทิฏฐิความเห็นผิด อันมีลักษณะเป็นจิตวิปลาส สัญญาวิปลาส ทิฏฐิปลาสดังกล่าวมาแล้ว ก็คือมี

จิตคิด มีสัญญาความกำหนดหมาย มีทิฏฐิความเห็นในสิ่งที่ไม่เที่ยงว่าเป็นของเที่ยง ในสิ่งที่เป็นทุกข์ว่าเป็นสุข ในสิ่งที่เป็นอนัตตาว่าเป็นอัตตา ในสิ่งที่เป็นอสุภะไม่งามว่างามนั่นเอง นี้เองเป็นเครื่องสร้างว่าสิ่งนี้น่ารักสิ่งนี้น่าชังขึ้นในใจ และแม้อัตตาคือตนเองที่ออกไปยึดถือดั่งนั้น เมื่อพิจารณาดูแล้วก็ย่อมจะเห็นว่า อัตตาคือตัวเราที่ออกไปยึดนั้นก็ไม่ใช่อื่นไกลคืออวิชชาความไม่รู้ ตัณหาความดิ้นรนทะยานอยาก และอุปาทานความยึดถือนั้นเอง ทั้งสามนี้เมื่อมารวมกันเป็นอัตตาคือตัวเรา ตัวเรานี้เมื่อออกไปรู้สิ่งอันใด สิ่งอันนั้นหรือว่าความรู้อันนั้นก็เป็นอวิชชา เมื่อมีความอยากในสิ่งอันใด ยึดในสิ่งอันใด ความอยากความยึดในสิ่งเหล่านั้นก็เป็นตัณหาอุปาทานทั้งนั้น เมื่อเป็นดั่งนี้จึงเป็นการสร้างทุกข์ให้ต่าง ๆ ดังที่กล่าวมาแล้ว ไม่อาจที่จะพ้นไปจากความทุกข์ได้ และมิใช่แต่เท่านั้น ก็ไม่อาจที่จะพ้นจากชาติทุกข์ ชราทุกข์ และมรณทุกข์ได้ด้วย

เกิดปัญญาหรือวิชชา

ฉะนั้น การที่ใช้ปัญญาพิจารณาตามพระธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าให้เกิดความรู้แจ้งเห็นจริง อันเป็นตัวปัญญาหรือตัววิชชาบังเกิดขึ้น จนมีจิตใจคิด มีทิฏฐิเห็น มีสัญญากำหนดหมาย ในสิ่งที่ไม่เที่ยงว่าไม่เที่ยง ในสิ่งที่เป็นทุกข์ว่าเป็นทุกข์ ในสิ่งที่เป็นอนัตตาว่าเป็นอนัตตา ในของที่ไม่งามว่าไม่งาม ตามความเป็นจริงดังนี้แล้ว จิต สัญญา ทิฏฐิดังกล่าวมานี้ก็เป็นปัญญาเป็นวิชชาขึ้น เมื่อเป็นดังนี้คิดถึงสิ่งอันใด กำหนดหมายถึงสิ่งอันใด เห็นสิ่งอันใด สัจจะคือความจริงในสิ่งอันนั้นก็ปรากฏขึ้นว่า นี่ไม่เที่ยง นี่เป็นทุกข์ นี่เป็นอนัตตา นี่เป็นของไม่งาม เมื่อสัจจะคือความจริงปรากฏขึ้นดังนี้ ตัณหาก็ไม่เกิดขึ้นในสิ่งอันนั้น อุปาทานคือความยึดถือก็ไม่เกิดในสิ่งอันนั้น เป็นความปล่อยวางบังเกิดขึ้น นี่แหละเป็นตัวปัญญา และความสงบตั้งต้นจากความสงบจากจิตวิปลาส ทิฏฐิวิปลาส สัญญาวิปลาส หรือว่าอวิชชา โมหะ มิจฉาทิฏฐิ สงบตัณหา สงบอุปาทาน เป็นอุปสมะ ความสงบระงับ ความสันติ เป็นความสงบอย่างยิ่งอันบังเกิดขึ้นจากปัญญาและอันนี้แหละเป็นวิมุตติอันเป็นความหลุดพ้นจากกิเลสและกองทุกข์ แม้ว่าจะเป็นกุปปธรรมคือธรรมที่ยังกำเริบอยู่ หมายความว่ายังกลับกลอกเปลี่ยนแปลงได้ก็ตาม แต่เมื่อหัดพิจารณาให้ได้ให้ถึงบ้างแล้วย่อมจะเป็นปัจจัยที่จะให้อบรมเพิ่มเติมมากขึ้น และถ้าหากว่าถ้าหัดปฏิบัติให้ได้ให้ถึงมากแล้ว ก็ให้หัดย้อนระลึกถึงอุปสมะ คือความสงบระงับ สันติ คือความสงบ ด้วยปัญญาดังกล่าวนี้ ว่ามีลักษณะอาการอย่างนี้อยู่เนือง ๆ ก็จะทำให้มีความคุ้นเคยต่อความสงบระงับเหล่านี้ยิ่งขึ้น จะเป็นทางให้เข้าถึงความสงบระงับดังนี้มากยิ่งขึ้นในโอกาสต่อ ๆ ไป

๒ กันยายน ๒๕๑๙

ครั้งที่ ๓๒ อุปสมานุสสติ ขั้นวิมุตติ

ถอนความเมา กำจัดความกระหาย

ในเบื้องต้นนี้ก็ขอเชิญชวนให้ระลึกถึงอนุสสติข้ออุปสมานุสสติ ความระลึกถึงอุปสมะ ความเข้าไปสงบระงับหรือธรรมเป็นเครื่องสงบระงับ ได้แสดงอธิบายความสงบระงับในขั้นศีล ขั้นสมาธิ และขั้นปัญญามาแล้ว ในวันนี้จะแสดงอธิบายอุปสมะ ความเข้าไปสงบระงับในขั้นวิมุตติ ความหลุดพ้นอันเป็นผลของศีล สมาธิ ปัญญานั้น

ความสงบระงับอันเป็นวิมุตติความหลุดพ้นนี้ ที่ท่านแสดงลักษณะไว้เป็นอย่างสูงว่า

"ยทิทํ มทนิมฺมทโน ถอนความเมา

ปิปาสวินโย กำจัดความกระหาย"

และมีลักษณะที่ท่านแสดงไว้ต่อไปอีก แต่ในวันนี้จะแสดงอธิบายลักษณะที่ท่านอธิบายไว้ในสองคำนี้

ถอนความเมา

คำแรก "มทนิมฺมทโน ความถอนความเมาหรือเครื่องถอนความเมา หรือธรรมเป็นที่ถอนความเมา" ความเมานั้นย่อมมีสองอย่าง คือ เมาทางกายอย่างหนึ่ง เมาทางใจอย่างหนึ่ง เมาสุรายาเสพติดให้โทษต่าง ๆ เป็นความเมาทางกาย ความเมาทางใจนั้นย่อมมีอยู่เป็นอันมาก เป็นต้นว่าความเมาในวัย คือมัวเมาเลินเล่อเผลอเพลินอยู่ว่าเรายังอยู่ในวัยหนุ่มสาวยังอยู่ในวัยที่แข็งแรง เมาในความไม่มีโรค คือมัวเมาเลินเล่อเผลอเพลินอยู่ว่าเรามีร่างกายที่มีอนามัยดีไม่มีโรคภัยเบียดเบียน เมาในชีวิต คือมีความเมาเลินเล่อเผลอเพลินอยู่ในชีวิตโดยไม่ได้นึกถึงความตายว่าจะบังเกิดมี เมาในสมบัติ คือความพรั่งพร้อมด้วยลาภยศสรรเสริญสุขทั้งหลาย เหล่านี้เป็นความเมาทางใจแต่ละอย่าง

อันความเมาทางใจนี้เป็นสิ่งที่สำคัญมาก เมื่อมัวเมาเลินเล่อเผลอเพลินอยู่แล้ว ย่อมขาดสติ ขาดปัญญา ตกอยู่ในความเป็นผู้ประมาท อาจที่จะประกอบกรรมที่ชั่วที่ผิดต่าง ๆ ได้ ทางพระพุทธศาสนาจึงได้ตรัสสอนให้ปฏิบัติเพื่อสงบความเมาทางใจนี้ เป็นต้นว่าตรัสสอนให้พิจารณาเนือง ๆ ว่า เรามีความแก่เป็นธรรมดาไม่ล่วงพ้นความแก่ไปได้ เพื่อเป็นเครื่องสงบความเมาในวัย ตรัสสอนให้พิจารณาเนือง ๆ ว่าเราจะต้องมีพยาธิ คือความเจ็บไข้เป็นธรรมดาไม่ล่วงพ้นความเจ็บไข้ไปได้ เป็นเครื่องสงบความเมาในความไม่มีโรค ตรัสสอนให้พิจารณาเนือง ๆ ว่าเรามีความตายเป็นธรรมดาไม่ล่วงพ้นความตายไปได้ เป็นเครื่องสงบความเมาในชีวิต ตรัสสอนให้พิจารณาเนือง ๆ

ว่าเราจะต้องพลัดพรากจากของรักของชอบใจทั้งสิ้น เป็นเครื่องสงบความเมาในลาภยศสรรเสริญสุข อันเป็นสมบัติคือความพรั่งพร้อมทั้งหลาย การหมั่นพิจารณาเนือง ๆ ดังนี้ก็เป็นสติหรือเป็นอนุสสติ คือความระลึกถึงแก่เจ็บตาย ระลึกถึงความพลัดพรากแต่ละอย่าง และนอกจากนี้ยังได้ตรัสสอนให้ใช้ปัญญาพิจารณาขันธ์เป็นที่ยึดถือทั้งห้าประการนี้ย่นลงก็เป็นนามรูป ว่าเป็นอนิจจะ ไม่เที่ยง ทุกขะ เป็นทุกข์ อนัตตา เป็นอนัตตาไม่ใช่อัตตาตัวตน ก็เพื่อเป็นเครื่องสงบความเมาในขันธ์ทั้งห้าหรือในนามรูปอันนี้

การปฏิบัติเหล่านี้ก็นับเนื่องอยู่ในศีล สมาธิ ปัญญา ดังแสดงแล้วทั้งนั้น และเมื่อศีลสมาธิปัญญาซึ่งได้ปฏิบัติอบรมย่อมเป็นเครื่องสงบความเมาให้หมดไปได้โดยลำดับ จนเป็นผู้สร่างเมา เมื่อสร่างเมาขึ้นมาแม้ว่าจะมีความเมาอยู่บ้าง แต่ไม่ใช่เมาจนหมดสติยังมีสติอยู่บ้าง สร่างความเมาขึ้นมาก็ย่อมจะมองเห็นสัจจะคือความจริง ความจริงตามคติธรรมดา แก่ เจ็บ ตาย และความพลัดพราก ตลอดจนถึงความจริงที่เป็นสัจจะก็คติธรรมดานั่นแหละอันสูงขึ้นไป รวมเป็นทุกขสัจจะ สภาพที่จริงคือทุกข์ มองเห็นขันธ์เป็นที่ยึดถือทั้งห้าประการ หรือนามรูปอันนี้ว่าเป็นตัวทุกข์ เพราะตกอยู่ในลักษณะแห่งความไม่เที่ยง ความเป็นทุกข์ ความเป็นอนัตตา เมื่อเป็นดังนี้จิตใจก็จะสว่างไสวขึ้น สงบขึ้น เพราะได้เริ่มมองเห็นความจริง แต่ว่าเพียงสร่างเมา ครั้นได้ปฏิบัติอบรมในศีลสมาธิปัญญายิ่ง ๆ ขึ้นไปจนหายเมาหมดความเมา เป็นผู้มีปัญญาคือความรู้ทั่วถึงเต็มที่ มีวิมุตติ ความหลุดพ้นเต็มที่ ย่อมจะพ้นจากความทุกข์ทั้งหมดความยึดถือเกี่ยวเกาะทั้งหมด เพราะเป็นผู้หายเมาด้วยประการทั้งปวง มีสติเต็มที่ มีปัญญาเต็มที่ หรือกล่าวอีกอย่างหนึ่งมีวิชชาวิมุตติ เมื่อเป็นดังนี้แล้วจึงเป็นจิตใจที่เต็มไปด้วยความรู้ความพ้น เป็นจิตใจที่สว่างแจ่มใส เป็นจิตใจที่สงบเย็นอย่างยิ่ง ลักษณะดังกล่าวนี้ ผู้ปฏิบัติในศีลสมาธิปัญญามา แม้ว่าจะยังไม่มากนัก แต่ว่าได้พบกับผลของศีล สมาธิ ปัญญาขึ้นบ้างแล้ว ย่อมจะพบกับความสร่างเมาแห่งจิตใจไม่น้อยก็มาก อันมีลักษณะที่ประกอบไปด้วยสติ ปัญญา ความพ้น ความสงบดังกล่าว และเมื่อปฏิบัติในศีลสมาธิปัญญามากขึ้นเพียงใด ก็จะพบกับความสร่างเมาของจิตใจมากเข้าเท่านั้น และจะพบกับความบริสุทธิ์ของจิตใจและความสงบของจิตใจมากเข้าเท่านั้น และก็ให้นึกคาดดูว่า เมื่อหายเมาด้วยประการทั้งปวงแล้ว จิตบริสุทธิ์อย่างยิ่ง จะเป็นจิตที่เต็มไปด้วยสติปัญญาเต็มไปด้วยความสงบความเย็นเพียงใด ลักษณะดังกล่าวนี้รวมอยู่ในคำว่าสันติและอุปสมะ ความสงบระงับหรือความสงบ

กำจัดความกระหาย

อีกลักษณะหนึ่ง "ปิปาสวินโย กำจัดความกระหาย" ความกระหายในที่นี้หมายถึงความกระหายทางใจ เพราะว่าความกระหายก็มีสองอย่างเหมือนกัน คือความกระหายทางกาย เช่น

ความหิวกระหายในอาหาร ต้องการที่จะบริโภค หรือว่าในน้ำดื่ม ต้องการที่จะดื่มน้ำ ความกระหายทางใจหมายถึงความกระหายในกามทั้งหลาย กามนั้นมีสองอย่าง คือ กิเลสกาม กิเลสที่เป็นเหตุให้ใคร่ให้ปรารถนาต้องการ เช่น ราคะ ความติดใจยินดี วัตถุกาม พัสดุที่น่าใคร่น่าปรารถนาน่าพอใจ อันได้แก่ รูป เสียง กลิ่น รส และโผฏฐัพพะสิ่งที่กายถูกต้อง กามทั้งสองนี้ย่อมประกอบกันอยู่ กิเลสกามเป็นต้นว่าราคะความติดใจยินดีย่อมปรากฏในรูปที่ตาเห็น ในเสียงที่หูได้ยิน ในกลิ่นที่จมูกได้ทราบ ในรสที่ลิ้นได้ทราบ ในสิ่งที่กายถูกต้องซึ่งกายได้ถูกต้อง ฉะนั้น รูปเป็นต้น เหล่านี้จึงได้เป็นกามขึ้นมา เรียกว่าเป็นพัสดุกามหรือวัตถุกาม วัตถุหรือพัสดุที่น่าใคร่น่าปรารถนาน่าพอใจทั้งหลาย และเมื่อพูดว่ากามโดยปรกติ ก็หมายถึงทั้งสองอย่างนี้ประกอบกันอยู่ แต่ว่าบางทีก็หมายถึงวัตถุกาม คือวัตถุที่น่าใคร่น่าปรารถนาน่าพอใจ ดังในที่นี้ความกระหายอันหมายถึงความกระหายในกามทั้งหลาย ความกระหายนั้นก็กล่าวได้ว่ากิเลสกาม คือเป็นกิเลสที่เกิดขึ้นในใจ อันเป็นเหตุให้ใคร่ให้ปรารถนาให้กระหายในกามทั้งหลาย ก็คือในพัสดุกาม คือในรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะที่น่าใคร่น่าปรารถนาน่าพอใจทั้งหลาย จิตที่มีความกระหายอยู่ในกามทั้งหลาย ย่อมเป็นจิตที่ดิ้นรนกวัดแกว่งกระสับกระส่าย เป็นจิตที่ร้อน เป็นจิตที่ไม่สงบ เป็นจิตที่เศร้าหมองและทั้งประกอบด้วยความทุกข์ต่าง ๆ

อันความเดือดร้อนไม่สงบทั้งหลายความทุกข์ทั้งหลายย่อมเกิดเพราะความกระหายในกามทั้งหลายอยู่เป็นอันมาก และอาการที่เป็นความกระหายนี้มีลักษณะที่ต้องการจะได้ มีลักษณะที่หวงแหน มีลักษณะที่ไม่อิ่มไม่เต็มไม่พอเพราะว่าต้องการอยู่เสมอ ต้องการรูปที่น่าใคร่ปรารถนาน่าพอใจ ครั้นได้รูปอันนี้มาแล้วก็ต้องการรูปอีกอันหนึ่งใหม่อันเป็นที่น่าใคร่น่าปรารถนาน่าพอใจ ต้องการเสียงอันนี้ที่น่าใคร่น่าปรารถนาน่าพอใจ และต้องการเสียงอันอื่น ๆ ที่น่าใคร่น่าปรารถนาน่าพอใจ ได้หนึ่งก็อยากได้สอง ได้สองก็อยากได้สาม ดังนี้เป็นต้น และยิ่งปล่อยตามใจที่กระหายดังนี้ความกระหายก็ยิ่งมาก เพราะฉะนั้นจึงปรากฏว่ามีความไม่อิ่มไม่เต็มไม่พออยู่เสมอ จึงได้มีพระพุทธภาษิตตรัสไว้ว่า "ผู้มีความกระหายในกามทั้งหลายนี้ แม้จะได้ภูเขาเป็นทองคำทั้งภูเขาหนึ่งแล้วก็ยังหาพอไม่ ต้องการที่จะได้ภูเขาทองคำลูกที่สองต่อไปอีก" ดังนี้เป็นต้น เพราะฉะนั้นจึงเป็นจิตใจที่ยากจนเพราะความไม่อิ่มไม่เต็มไม่พอ จึงเป็นจิตใจที่มีความทุกข์ความร้อนความกระวนกระวายด้วยประการทั้งปวง แต่ครั้นกำจัดความกระหายทั้งหลายไปโดยลำดับด้วยศีล สมาธิ ปัญญา ศีลนั้นก็กำจัดความกระหายในกามอย่างหยาบ คือว่า อยากได้ทรัพย์ก็ให้แสวงหาโดยทางที่ชอบ อย่าไปปล้นสะดมลักของเขา อย่าไปฆ่าเขา เมื่อมีคู่ครองก็ยินดีอยู่ในคู่ครองของตน ไม่ไปนอกจิตนอกใจกัน เมื่อพูดอะไรก็พูดความจริงที่เป็นประโยชน์และถูกกาลถูกเวลา และงดเว้นจากการดื่มน้ำเมาอันเป็นฐานแห่งความประมาท ดังนี้เป็นต้น ก็เป็นอันว่าได้กำจัดความกระหายในกามทั้งหลายในทางที่ผิด เมื่อยังมีความกระหายอยู่ก็แสวงหาในทางที่ถูกที่ชอบ ไม่ละเมิด

ขอบเขตของศีลออกไป เมื่อปฏิบัติในสมาธิก็เป็นอันระงับในกามทั้งหลายที่บังเกิดขึ้นกลุ้มรุมจิตใจ ปรากฏเป็นกามฉันท์ พยาบาท เป็นต้น จะทำให้จิตใจสงบสงัดจากกามและอกุศลธรรมทั้งหลาย เมื่อปฏิบัติในปัญญาก็เป็นเครื่องกำจัดกามอย่างละเอียด ซึ่งเป็นตัณหาอุปาทานหรือว่าเป็นราคานุสัย ปฏิฆานุสัย อวิชชานุสัย หรือกามาสวะ ภวาสวะ อวิชชาสวะ ซึ่งนอนจมหมักหมมอยู่ในจิตใจ จึงทำให้จิตใจสงบจากความกระหายในกามทั้งหลายโดยลำดับ

เพราะฉะนั้น ผู้ปฏิบัติในศีล ในสมาธิ ในปัญญา แม้ปฏิบัติมาในเบื้องต้นก็ย่อมจะพบความสงบจากความกระหายในกามทั้งหลายตามภูมิตามชั้น และเมื่อเป็นดังนี้ก็เปรียบเทียบดูว่าเมื่อจิตใจตกอยู่ในกามทั้งหลายนั้นมีความทุกข์เพียงไร แต่เมื่อชนะใจของตัวเองได้ ชนะความกระหายได้ มีความสงบแล้ว มีความสุขเพียงไร จะรู้สึกว่าศีลเป็นสิ่งที่มีคุณค่าอันสูง เป็นขอบเขตแห่งความสงบ สมาธิก็เป็นคุณค่าอันสูง เป็นแดนแห่งความสงบ ปัญญาก็มีคุณค่าอันสูง เป็นแดนแห่งความสงบ เมื่อมาอยู่ในศีลในสมาธิในปัญญา ย่อมหายหิวหายกระหายหายพลุ่งพล่านใจ มีความสงบมีความสุขเป็นผล ความสงบความสุขที่เป็นผลพร้อมทั้งมีความอิ่มความเต็มความพอประกอบด้วยปีติปราโมทย์เป็นต้น อันเป็นผลของการปฏิบัติทั้งปวงนี้ ย่อมรวมอยู่ในคำว่าความสงบอันเป็นสันติหรืออุปสมะ อันบังเกิดขึ้นจากความกำจัดในความกระหายในกามทั้งหลาย และความสงบดังกล่าวนี้ย่อมเป็นตัวความกำจัดความกระหายในกามทั้งหลายนั้นเอง เพราะฉะนั้นก็ให้หมั่นระลึกพิจารณาตรวจดูถึงผลของการปฏิบัติในศีลสมาธิปัญญาแม้ดังที่กล่าวมา อันปรากฏเป็นความสร่างเมาหายเมา อันปรากฏเป็นความกำจัดความกระหายในกามทั้งหลาย จิตใจจึงแจ่มใสบริสุทธิ์ อิ่ม เต็ม พอ ไม่ดิ้นรนกวัดแกว่งกระวนกระวาย ไม่เร่าร้อน เหล่านี้เป็นลักษณะของสันติของอุปสมะ ที่เป็นผลของศีล สมาธิ ปัญญา ซึ่งอย่างสูงก็เป็นวิมุตติความหลุดพ้น

๓ กันยายน ๒๕๑๙

ครั้งที่ ๓๓ อุปสมานุสสติ ขั้นวิมุตติ

กำจัดอาลัย

ในเบื้องต้นก็ขอเชิญชวนให้ทุก ๆ ท่านทำสติระลึกถึงอุปสมะ คือธรรมเป็นที่สงบระงับหรือความสงบระงับ อันเรียกว่า อุปสมานุสสติ ได้แสดงเรื่องอุปสมะหรือสันตินี้มาโดยลำดับ คือ อุปสมะหรือสันติด้วยอาศัยศีล สมาธิ ปัญญา และวิมุตติ ในข้อที่เป็นขั้นวิมุตตินี้ก็ได้แสดงถึงลักษณะว่า มีลักษณะเป็นที่ถ่ายถอนความเมา เป็นที่กำจัดความกระหาย ในวันนี้จะได้แสดงถึงลักษณะตามพระบาลีว่า

" อาลยสมุคฺฆาโต เป็นที่ทำลายกำจัดอาลัย"

แต่ว่าในเบื้องต้นก็ขอให้ระลึกถึงสถานที่อันสงบสงัด ถึงความสงบสงัดซึ่งมีอยู่ในโลกนี้ ซึ่งทุก ๆ คนได้เคยประสบพบผ่านเช่นในป่าหรือในเรือนว่างหรือในที่ที่เคยไม่สงบ แต่เมื่อสิ่งที่ไม่สงบหายไปแล้วก็กลับเป็นความสงบอันมีอยู่ในที่ทั้งปวง ทั้งในที่ใกล้และทั้งในที่ไกล เมื่อระลึกถึงที่อันสงบระงับหรือที่อันสงบสงัดและความสงบสงัดดังกล่าว ก็ย่อมจะพบความสงบใจไม่วุ่นวายเดือดร้อนใจ นี้เป็นความสงบระงับหรือเป็นความสงบสงัดทั่ว ๆ ไป แต่เมื่อมาปฏิบัติให้ถึงความสงบสงัด ด้วยศีลอันเป็นความสงบเวรสงบภัยทั้งปวง ด้วยสมาธิอันเป็นความสงบใจจากอารมณ์และกิเลสอันเป็นเครื่องทำใจให้กลุ้มกลัดเดือดร้อนทั้งหลาย และด้วยปัญญาอันเป็นเครื่องทำให้เกิดความสงบระงับจากตัณหาอุปาทานทั้งหลาย ย่อมจะได้พบความสงบอันประณีตยิ่งขึ้นไปโดยลำดับ และผลของความปฏิบัติในศีลสมาธิปัญญาอันเป็นความสงบดังกล่าวนั้นก็กล่าวได้ว่าเป็นวิมุตติ ความหลุดพ้นตามขั้นของการปฏิบัติ คือเป็นวิมุตติในขั้นศีลก็เป็นความพ้นจากภัยเวร เป็นวิมุตติในขั้นสมาธิก็เป็นความพ้นจากอารมณ์และกิเลสที่มากลุ้มกลัดจิตใจ และเป็นวิมุตติคือความพ้นขั้นปัญญาก็เป็นความสงบจากตัณหาอุปาทานซึ่งทำให้พ้นจากความทุกข์อันเกิดขึ้นในจิตใจได้มากยิ่งขึ้น และศีลสมาธิปัญญาที่ปฏิบัติมาโดยลำดับอันให้ผลเป็นวิมุตติความหลุดพ้นตามขั้นที่กล่าวมานี้ ประมวลกันเข้าก็มีลักษณะเป็นเครื่องถ่ายถอนความเมา เป็นเครื่องกำจัดความกระหาย เป็นเครื่องทำลายหรือว่าถอนอาลัย

อาลัยของจิตใจ

คำว่า "อาลัย" หมายถึงที่อาศัย มีใช้ในภาษาไทย เช่นวิทยาลัย ประกอบขึ้นด้วยคำว่า วิทย+อาลัย รวมกันเป็นวิทยาลัย ก็แปลว่าเป็นที่อาศัยแห่งวิทยา อาลัยจึงหมายถึงที่อาศัย ใช้ได้ทั้งภายนอกและภายใน อาลัยที่เป็นภายนอกนั้นก็เช่นบ้านเรือนอันเป็นที่อาศัยของร่างกายของ

บุคคลก็เป็นอาลัยแต่ละอย่าง น้ำเป็นที่อาศัยของปลาก็เรียกว่าเป็นอาลัยอย่างหนึ่ง ส่วนอาลัยที่เป็นภายในนั้นก็ได้แก่อารมณ์และกิเลสอันบังเกิดขึ้นสืบเนื่องมาจากอารมณ์ ก็หมายถึงอารมณ์และกิเลสเป็นที่อาศัยของจิตใจอันนี้ เมื่อจิตใจอันนี้อาศัยอยู่เร้นอยู่ในอารมณ์และกิเลสอันใด อารมณ์และกิเลสอันนั้นก็ชื่อว่าเป็นอาลัยของจิตใจ ในข้อนี้แม้ในภาษาไทยเราก็ยังนำเอามาพูดเช่นว่า มีอาลัยอยู่ในบุคคลนั้นบุคคลนี้ อยู่ในสิ่งนั้นสิ่งนี้ ก็คือมีความหมายว่าบุคคลนั้นบุคคลนี้หรือสิ่งนั้นสิ่งนี้เป็นที่รักผูกพันอยู่ในจิตใจ จิตใจจึงอาศัยอยู่จึงติดอยู่เร้นอยู่ในบุคคลนั้นในสิ่งอันนั้น และเมื่อเป็นดังนี้จึงชื่อว่ามีอาลัย และหากว่าต้องพลัดพรากจากกันก็ย่อมมีความเศร้าโศก มีความทุกข์ระทมต่าง ๆ ก็เพราะมีอาลัยดังกล่าว บุคคลสามัญทั่วไปย่อมมีอาลัยดังกล่าวนี้อยู่ในสิ่งอันเป็นที่รักทั้งหลาย และก็ย่อมมีความทุกข์อยู่เพราะความอาลัยดังกล่าวนี้มากหรือน้อย บุคคลหรือสิ่งอันจะเป็นเหตุให้เกิดความอาลัยนั้นโดยตรงก็เป็นบุคคลหรือสิ่งอันเป็นที่รักนั้นเอง หรือว่าเป็นบุคคลหรือสิ่งที่ทำให้บังเกิดความสุข เช่นว่าอยู่ในที่ใดมีความสุขก็ย่อมจะติดในที่นั้น อาลัยอยู่ในที่นั้นเพราะเหตุแห่งความสุข ดังนี้ก็เป็นเหตุอีกประการหนึ่งที่ทำให้เกิดความอาลัย ก็รวมความว่า ความรักความชอบอันเกิดขึ้นเพราะเหตุที่ได้รับความสุขโสมนัส หรือเพราะเหตุอื่นอันใดอันหนึ่งก็ตาม ก็เป็นเหตุให้เกิดอาลัยได้ทั้งนั้น

อาลัยดังกล่าวมานี้ เมื่อรวมเข้าแล้วก็ไม่พ้นไปจากกามคุณทั้งห้า คือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ที่น่าใคร่น่าปรารถนาน่าพอใจทั้งหลายดังกล่าวในข้อที่ว่าด้วยกำจัดความกระหายนั้นเอง เพราะความกระหายนั้นก็หมายถึงกระหายในรูปเสียงเป็นต้น อันเป็นที่น่ารักใคร่น่าปรารถนาน่าพอใจ แต่ในที่นี้มุ่งลักษณะเป็นอาลัยคือเป็นที่อยู่อาศัยซึ่งแสดงถึงความติดความผูกพัน เพราะว่าเป็นที่อยู่อาศัยจึงเรียกว่าอยู่ด้วยกัน เหมือนอย่างว่าอาศัยอยู่ในบ้านก็คือว่าอยู่ด้วยกันในบ้าน อันแสดงถึงความผูกพันหรือความติดพันอย่างใกล้ชิด ลักษณะที่เรียกว่าเป็นอาลัยก็ย่อมเป็นเช่นนั้น

ถอนอาลัยด้วยศีล สมาธิ ปัญญา

เพราะฉะนั้น เมื่อยังถอนอาลัยไม่ได้ก็ยังถอนความทุกข์ทั้งปวงไม่ได้ เมื่อประสงค์จะถอนความทุกข์ทั้งปวงก็ต้องถอนอาลัยทำลายอาลัยนี้ให้สิ้นไปโดยลำดับ ด้วยศีลด้วยสมาธิด้วยปัญญา การถอนโดยลำดับนี้ก็เป็นการที่ทำให้พบความพ้นทุกข์ไปได้โดยลำดับเช่นเดียวกัน อาลัยอย่างหยาบย่อมจะทำให้ละเมิดศีล เมื่อละอาลัยอย่างหยาบได้ก็รักษาศีลได้ อาลัยอย่างกลางก็ทำให้ใจไม่เป็นสมาธิ เพราะเมื่อใจหมกมุ่นอยู่ในอาลัยต่าง ๆ คือในสิ่งที่ผูกพันใจอันหมายความว่า เมื่อจิตใจนี้ยังอยู่ในอาลัยก็มาอยู่ในอารมณ์ของสมาธิไม่ได้ เมื่อจิตใจออกจากอาลัยได้จึงจะมาอยู่ในอารมณ์ของสมาธิได้ คือเมื่อจิตใจนี้อยู่กับอารมณ์มีรูปเสียงเป็นต้น ที่น่ารักใคร่ปรารถนาพอใจทั้งหลาย ครุ่นคิดอยู่แต่เรื่องเหล่านี้ เรื่องรูปบ้าง เรื่องเสียงบ้าง ที่เป็นบุคคลบ้าง เป็นวัตถุบ้าง

เป็นการงานบ้าง ฉะนั้น ก็ชื่อว่ายังมีเรื่องเหล่านั้นเป็นอาลัยคืออยู่กับเรื่องเหล่านั้น มีความสุข ความพอใจอยู่กับเรื่องเหล่านั้น ครั้นพรากใจออกมาจากเรื่องเหล่านั้นเข้ามาสู่อารมณ์ของสมาธิ จิตใจก็จะอยู่ไม่ได้จะต้องวิ่งกลับไปหาอาลัย ฉะนั้น ท่านจึงมีเปรียบเหมือนอย่างว่าปลาที่อยู่ใน น้ำ เมื่อจับขึ้นจากน้ำมาวางไว้บนบก ปลาก็จะดิ้นเพื่อจะลงน้ำฉันใดก็ดี เมื่อนำจิตออกจากอาลัยมา ตั้งไว้ในอารมณ์ของสมาธิ จิตก็จะดิ้นกลับไปสู่อาลัย ฉะนั้น จึงจำเป็นที่จะต้องใช้ความเพียรใช้ สตินำจิตมาตั้งอยู่ในอารมณ์ของสมาธิใหม่ จนจิตได้ความสุขจากสมาธิขึ้นบ้าง จิตจึงจะมาตั้งอยู่ ในอารมณ์ของสมาธิได้ดีขึ้น ก็แสดงว่าจะต้องกำจัดอาลัยอย่างกลาง สงบอาลัยอย่างกลาง จึง จะทำสมาธิได้

อาลัยอย่างละเอียดก็คือตัณหาอุปาทานนั้นเอง และโดยเฉพาะตัณหาอุปาทานนี้ก็เป็นความ อยากเป็นความยึดอยู่ในขันธ์ที่เป็นที่ยึดถือทั้งห้าประการนี้ คือในกายและใจนั้นเองของทุก ๆ คน ฉะนั้น จึงมีความอยากยึดอยู่ในขันธ์อันเป็นที่ยึดถือทั้งห้านี้ หรือในนามรูป หรือว่ากายใจอันนี้ ฉะนั้น เมื่ออบรมปัญญาที่ตรัสให้พิจารณาให้เห็นลักษณะคือเครื่องกำหนดหมายอันแท้จริงของ ขันธ์ห้า ว่าไม่เที่ยง เป็นสิ่งเกิดดับ เป็นทุกข์ มีความแปรปรวนเปลี่ยนแปลงไปเป็นธรรมดา เป็น อนัตตาไม่ใช่ตัวตนบังคับให้เป็นไปตามปรารถนาไม่ได้ เมื่อพิจารณาดังนี้ตัณหาอุปาทานก็จะแย้ง อยู่เสมอว่า ที่ว่าไม่เที่ยงนั้นก็รู้สึกอยู่ว่าเที่ยง ที่ว่าเป็นทุกข์นั้นก็รู้สึกอยู่ว่าสุข ที่ว่าเป็นอนัตตา นั้นก็รู้สึกว่าเป็นอัตตาตัวตน เมื่อเป็นดังนี้ก็แปลว่าปัญญายังไม่เกิด เพราะว่ายังอาศัยอยู่กับอาลัย อย่างละเอียดก็คือตัณหาอุปาทานนั้นเอง ประกอบด้วยอวิชชาคือความไม่รู้ จึงยังเห็นยืนยันอยู่ว่า เที่ยง เป็นสุข เป็นอัตตาคือตัวตน นี่แหละเป็นอาลัยอย่างละเอียดซึ่งยากที่จะถอนได้ แต่เมื่อ อาศัยใช้ปัญญาพิจารณาอยู่บ่อย ๆ ในเบื้องต้นก็ตามสัญญา คือความกำหนดหมาย ตามคำสั่งสอน ของพระพุทธเจ้า และกำหนดหมายลงดูที่ขันธ์ห้าหรือว่านามรูปอันนี้ เมื่อกำหนดหมายดูอยู่บ่อย ๆ ดังนี้ อาการที่ไม่เที่ยงของขันธ์ห้า อันปรากฏอยู่เป็นประจำก็ย่อมจะปรากฏให้เห็น อาการที่ เป็นทุกข์ของขันธ์ห้า ก็จะปรากฏให้เห็น อาการที่เป็นอนัตตาของขันธ์ห้า ก็จะปรากฏให้เห็น เพราะเป็นอาการที่มีอยู่ที่เป็นไปอยู่ทุกขณะอันไม่อาจจะปกปิดได้ อาการที่ไม่เที่ยงก็ไม่เที่ยงอย่าง เปิดเผยไม่ใช่ปกปิด ดังจะพึงเห็นได้ว่าเป็นสิ่งที่มีเกิดมีดับอยู่เป็นธรรมดา เมื่อเกิดดับก็มองเห็น ไม่ใช่เกิดดับอย่างปกปิด อาการที่เป็นทุกข์ต่าง ๆ ที่แปรปรวนเปลี่ยนแปลงไปต่าง ๆ ก็เป็นทุกข์ อย่างปรากฏให้เห็นไม่ใช่ปกปิด อาการที่เป็นอนัตตาเอาจำเพาะข้อเดียวว่าบังคับให้เป็นไปตาม ปรารถนาไม่ได้ ก็เปิดเผยให้เห็นว่าบังคับไม่ได้ตามปรารถนาไม่ปกปิด ดังจะพึงเห็นได้ว่าความ ไม่เที่ยงความเป็นทุกข์ความเป็นอนัตตานี้ได้มีอยู่แก่ตนเองด้วย ได้มีอยู่แก่บุคคลผู้อื่นด้วยทุกคน ไม่มียกเว้น และมีอยู่เป็นอันมาก ความไม่เที่ยงความเป็นทุกข์ความเป็นอนัตตาปรากฏให้เห็นอยู่ใน ปัจจุบัน และความไม่เที่ยงความเป็นทุกข์ความเป็นอนัตตาที่ปรากฏเป็นความแก่ความเจ็บความ

ตายก็ปรากฏแก่ทุก ๆ คนและทุก ๆ เวลา เป็นสิ่งที่มองเห็นกันอยู่

เพราะฉะนั้น ลักษณะที่ไม่เที่ยงเป็นทุกข์เป็นอนัตตานี้จึงเป็นลักษณะที่เปิดเผยไม่ซ่อนเร้นอยู่อย่างใดทั้งสิ้น และปรากฏอยู่ทุกขณะ แต่การที่ไม่มองเห็นนั้นก็เพราะยังมีเครื่องปิดบัง คือ อวิชชา ตัณหา อุปาทานในจิตใจนั้นเอง อันทำให้มีตามืดมัวมองไม่เห็นหรือมองเห็นผิดไปเป็นอย่างอื่น ฉะนั้น เมื่อหมั่นพิจารณาอยู่เนือง ๆ อาศัยสัญญาอยู่เป็นเบื้องต้น กำหนดทำอนิจจสัญญา กำหนดหมายว่าไม่เที่ยง ทุกขสัญญา กำหนดหมายว่าเป็นทุกข์ อนัตตสัญญา กำหนดหมายว่ามิใช่ตัวตน ในขันธ์ห้านี้ หรือรวมในนามรูปนี้ หมั่นพิจารณาเนือง ๆ แล้ว อาการที่ไม่เที่ยงเป็นทุกข์เป็นอนัตตาจะปรากฏขึ้นโดยลำดับ เพราะว่า เมื่อปฏิบัติอบรมปัญญาอยู่เนือง ๆ เช่นนี้แล้ว ดวงตาที่เคยมืดมัวนั้นก็จะสว่างขึ้น เพราะการปฏิบัติดังนี้เป็นการอบรมปัญญา สร้างดวงตาปัญญา หรือว่าล้างตาที่มืดมัวนั้น หรือว่ารักษาตาที่มืดมัวนั้นให้ดีขึ้น ก็จะมองเห็นขึ้นโดยลำดับ เมื่อเป็นดังนี้แล้วก็จะถอนตนออกจากอาลัย คือความยึดถือออกได้โดยลำดับ และเมื่อถอนออกมาได้เพียงใดก็จะพบกับความพ้นทุกข์ได้เพียงนั้น อันนี้แหละเรียกว่า **อาลยสมุคฺฆาตธรรม** คือธรรมที่เป็นเครื่องถอนเป็นเครื่องทำลายอาลัย และถอนได้แม้เพียงขั้นที่ปฏิบัติอบรมศีลสมาธิปัญญาสามัญยังให้เกิดสุขพ้นความทุกข์ได้เพียงนี้ ถ้าหากว่าถอนให้หมดสิ้นจะเป็นความสงบอันเป็นความสุขเพียงไหน

ฉะนั้น หมั่นระลึกถึงธรรมอันเป็นที่ถอนเป็นที่ทำลายอาลัยอยู่เสมอ ก็เรียกว่าเป็นการปฏิบัติทำอุปสมานุสสติ ระลึกถึงธรรมอันเป็นที่สงบระงับหรือสันติอีกข้อหนึ่ง ทำใจให้มีความผาสุกสงบ

๘ กันยายน ๒๕๑๘

ครั้งที่ ๓๔ อุปสมานุสสติ ขั้นวิมุตติ

ตัดวัฏฏะ

ก่อนอื่นก็ขอเชิญชวนทุก ๆ ท่านให้ทำสติระลึกถึงธรรมเป็นที่สงบระงับอันเป็นอุปสมานุสสติ ได้แสดงอุปสมะหรือสันติคือความสงบระงับ หรือธรรมเป็นที่สงบระงับด้วยศีล สมาธิ ปัญญา และที่เป็นวิมุตติมาหลายครั้ง ในวันนี้จะได้แสดงลักษณะของความสงบระงับที่เป็นวิมุตติคือความหลุดพ้นตามลักษณะที่แสดงไว้ว่า

"วัฏฏูปจฺเฉโท เป็นที่เข้าไปตัดวัฏฏะ"

พึงเข้าใจว่า ที่ชื่อว่าอุปสมะหรือสันติคือความสงบระงับนั้นย่อมมีอยู่สองอย่าง คือที่เป็นผลและที่เป็นเหตุ ความสงบระงับเป็นผล แต่ว่าก่อนที่จะพบความสงบที่เป็นผลนี้ก็จะต้องกล่าวว่า สงบจากอะไร คืออะไรทำให้ไม่สงบก็สงบจากสิ่งนั้น ความสงบจากสิ่งที่ทำให้ไม่สงบนั้นเป็นส่วนเหตุ ฉะนั้น เมื่อกล่าวว่าความสงบระงับจึงต้องหมายถึงความสงบระงับที่เป็นส่วนเหตุคือความสงบจากอะไร อันทำให้ไม่สงบระงับนั้นก่อนด้วยแล้ว ความสงบระงับที่เป็นผลจึงจะบังเกิดขึ้น แต่การแสดงลักษณะของความสงบระงับที่บังเกิดขึ้นแม้ที่เป็นส่วนผลนั้น เพื่อส่องความให้ชัดก็ต้องยกเอาส่วนเหตุมาประกอบไว้ด้วย อย่างคำว่า "เข้าไปตัดวัฏฏะ" นี้เป็นส่วนเหตุ เพราะว่าเมื่อยังมีวัฏฏะก็ต้องมีความไม่สงบระงับ เมื่อตัดวัฏฏะเสียได้จึงจะเกิดความสงบระงับ ฉะนั้น เพื่อที่จะเกื้อกูลแก่การปฏิบัติจึงนำคำว่าตัดวัฏฏะเข้ามาแสดงในความสงบระงับที่เป็นส่วนผลด้วย เพื่อชี้ให้เข้าใจไปถึงเหตุว่าเกิดจากการตัดวัฏฏะเสียได้

สังสารวัฏ

"วัฏฏะ" นั้น แปลว่าวน ใช้คำเดียวว่า วัฏฏะ ก็มี ใช้คู่กับคำว่าสังสาระคือสังสารวัฏ หรือวัฏสงสาร คำว่าสังสาระหรือสงสารนั้น แปลว่าการท่องเที่ยวไป สังสารวัฏหรือวัฏสงสารก็คือการท่องเที่ยวไปด้วยอาการที่วน คือวนเวียน อันการท่องเที่ยวไปโดยอาการที่วนนี้ ถ้านึกดูถึงภาพแห่งการเดินวนหรือว่าวิ่งวนก็ย่อมจะเห็นว่า เป็นการที่เวียนอยู่เป็นวงกลม หรือว่าเวียนกลับมาสู่ที่เก่านั้นเอง ไม่ออกไปข้างไหน ลักษณะที่เป็นการท่องเที่ยวโดยอาการที่วนเวียน คือกลับมาสู่ที่เก่าแล้วก็เวียนมาสู่ที่เก่าดังนี้คือสังสารวัฏ หรือวัฏสงสาร อธิบายตามที่เข้าใจกันเป็นส่วนมากก็คือการท่องเที่ยวเวียนเกิดตายอันหมายความว่า เกิด แก่ ตาย แล้วก็เกิดอีก แล้วก็แก่ ตาย แล้วก็เกิดอีก เวียนเกิดเวียนตายอยู่ดังนี้ในชาติทั้งหลายเป็นอเนกคือเป็นอันมาก ก็แหละการท่องเที่ยวเวียนเกิดเวียนตายในชาติทั้งหลายเป็นอันมาก เป็นมนุษย์บ้าง เป็นเทพบ้าง เป็น

พรหมบ้าง หรือว่าตกอบายคือเป็นสัตว์นรก สัตว์เดรัจฉาน เป็นเปรต เป็นอสุรกาย คือพวกผีต่าง ๆ บ้าง ตามหลักพระพุทธศาสนาแสดงว่า เป็นไปตามกรรมคือการงานที่กระทำ กระทำดีก็เป็นชนกกรรมให้เกิดในชาติที่ดี เป็นมนุษย์เป็นเทพเป็นพรหม ตามควรแก่กรรมดีที่กระทำ กระทำกรรมชั่วก็เป็นชนกกรรมให้เกิดในอบาย เป็นสัตว์นรกสัตว์เดรัจฉานเป็นต้น และผู้ที่ยังไม่บรรลุมรรคผลแม้ในชั้นต้นคือยังไม่เป็นพระโสดาบันบุคคล เรียกว่ายังเป็นปุถุชนอยู่ ก็เป็นอนิยตคือมีคติที่ไม่แน่ เพราะยังมีกิเลสหนาแน่น อาศัยความไม่ประมาทในบางครั้งก็กระทำกรรมดี อาศัยความประมาทในบางคราวก็กระทำกรรมชั่ว เพราะฉะนั้นจึงอาจจะท่องเที่ยวไปเวียนวนอยู่ในสุคติก็ได้ในทุคติก็ได้ แต่ว่าจะไปเกิดในชาติภพใดก็ตามก็ต้องเกิดแก่ตายทั้งนั้น ต่างกันแต่เร็วหรือช้าเท่านั้น ก็ตกว่าต้องท่องเที่ยววนเวียนไปเกิดแก่ตายในชาติภพทั้งหลายตามกรรมที่กระทำไว้ นี้แหละคือสังสารวัฏหรือวัฏสงสาร สัตว์ทั้งหลายรวมทั้งบุคคลและสัตว์เดรัจฉาน หรือแม้โอปปาติกะ สัตว์ผู้เกิดผุดขึ้นทั้งหลายจะเป็นเทพก็ตาม เป็นเปรต อสุรกายสัตว์นรกประเภทต่าง ๆ ก็ตาม ก็อยู่ในสังสารวัฏหรือวัฏสงสารทั้งนั้น สรุปลงแล้วก็เวียนเกิดเวียนแก่เวียนตายอยู่โดยไม่รู้จบ

ตัดกิเลส

ตามหลักพระพุทธศาสนานั้นมิได้แสดงว่าจะต้องเวียนเกิดแก่ตายอยู่ดังนี้ตลอดไป แต่แสดงว่า เมื่อยังมีกิเลสก็ต้องเวียนเกิดแก่ตายอยู่ดังนี้ เมื่อสิ้นกิเลสเป็นขีณาสวะคือมีอาสวะสิ้นแล้วก็สิ้นชาติคือความเกิด เมื่อสิ้นชาติคือความเกิดก็สิ้นแก่สิ้นตาย เป็นอันตัดวัฏฏะ หรือวัฏฏสังสาระ หรือวัฏสงสาร โดยความก็คือตัดกิเลสอันเป็นตัวเหตุสำคัญก่อน และเมื่อตัดกิเลสได้ก็ตัดชาติคือความเกิดได้ เพราะว่าเมื่อตัดกิเลสได้ก็ตัดกรรม จึงไม่มีกรรมที่จะเป็นชนกกรรมเกิดอีกต่อไป ดังนี้เรียกว่าเป็นการตัดวัฏฏะ ซึ่งเป็นผลสูงสุดแห่งการปฏิบัติธรรมในพระพุทธศาสนา เรียกว่า วิมุตตินิพพาน

การตัดวัฏฏะสิ้นความวนเวียนเกิดแก่ตายดังกล่าวนี้ จะเป็นผลหรือจุดมุ่งหมายที่พึงปรารถนาอยากได้หรือไม่ปรารถนาอยากได้เพียงไรนั้นเป็นอีกส่วนหนึ่ง เพราะว่าการบรรลุถึงผลอันนี้มิได้เกิดจากความปรารถนาต้องการ แม้มีความปรารถนาต้องการจะได้จะถึงเมื่อไม่ปฏิบัติให้บรรลุถึงขีดขั้นที่จะพึงถึง ก็ไม่อาจที่จะได้จะถึงได้ แต่ว่าแม้ไม่ปรารถนาต้องการ เมื่อปฏิบัติไปในทางที่มีองค์แปดประการอันย่นลงในศีล สมาธิ ปัญญา ถึงจะไม่ปรารถนาก็ได้ก็ถึง แต่ว่าเมื่อกล่าวตามหลักธรรมอันแท้จริงแล้ว ต้องได้ถึงด้วยความไม่ปรารถนา เมื่อยังมีความปรารถนาอยู่ก็หาได้หาถึงไม่ เพราะความปรารถนานั้นยังเป็นตัณหาคือความอยากได้ต้องการ เหมือนอย่างพระอานนทเถระที่แสดงว่า ในราตรีที่วันรุ่งขึ้นจะทำปฐมสังคายนานั้น ท่านยังเป็นพระเสขบุคคล

คือเป็นพระโสดาบันยังไม่บรรลุอรหัตตผลเป็นพระอรหันตขีณาสพ แต่ว่าพระเถระที่ถูกเลือกเข้าประชุมทำปฐมสังคายนานั้นล้วนเป็นพระอรหันตขีณาสพทั้งหมด ยังแต่ท่านพระอานนท์องค์เดียวเท่านั้น ฉะนั้น ท่านพระมหากัสสปเถระผู้เป็นประธานสงฆ์จึงได้เตือนท่านให้ปรารภความเพียรให้เต็มที่ ในราตรีก่อนที่จะถึงวันเริ่มประชุมทำปฐมสงคายนา ท่านจึงปรารภความเพียรเต็มที่แต่ก็ไม่บรรลุ จนถึงเวลาที่ท่านคิดว่าจะพัก จึงได้เอนกายลงเพื่อที่จะพัก แต่ยังไม่ทันที่จะเอนกายลงในอิริยาบถนอนเต็มที่ เรียกว่า ในระหว่างที่อยู่ในอิริยาบถทั้งสี่ ก็ได้บรรลุอรหัตตผลเป็นอรหันตขีณาสพในขณะนั้น

พิจารณาดูแล้วก็จะเห็นว่า ท่านได้บำเพ็ญความเพียรมาเต็มที่แล้ว มรรคแปดท่านบำเพ็ญมาก็เรียกว่าบริบูรณ์ แต่ว่ายังมีความต้องการอันเป็นตัณหาอยู่ที่จะได้จะถึง จึงไม่ได้ไม่ถึงจนได้แต่ในขณะที่คิดว่าจะพักเอนกายลง ก็คือว่าวางตัณหาความต้องการ พอวางตัณหาเสียเท่านั้นความบรรลุความสำเร็จก็บังเกิดขึ้นทันที ฉะนั้น จึงกล่าวได้ว่า ตัณหานั้นเองเป็นอุปสรรคกีดกั้นอยู่ไม่ให้ได้ไม่ให้ถึง วางตัณหาเสียได้ก็ได้ก็ถึงก็สำเร็จทันที ดังนี้

เพราะฉะนั้น การบรรลุถึงมรรคผลนิพพานดังนี้ จึงมิใช่บรรลุด้วยความปรารถนาหรือไม่ปรารถนา แม้จะปรารถนาเต็มที่ก็บรรลุไม่ได้เพราะเป็นตัณหา วางความปรารถนาลงเมื่อใด เมื่อมรรคปฏิบัติสมบูรณ์อยู่แล้วก็บรรลุได้เมื่อนั้น ดังนี้ เพราะฉะนั้น ผู้ปฏิบัติแม้ว่าจะยังมองไม่เห็นว่าการบรรลุมรรคผลนิพพานจะมีประโยชน์อะไร จะมีสุขอย่างไร แม้จะยังพอใจอยู่ในความเวียนว่ายตายเกิด แต่เมื่อปฏิบัติไป ๆ เมื่อถึงขีดขั้นแล้ว การบรรลุก็จะเกิดขึ้นเอง และเมื่อกลับพิจารณาย้อนดูก็ย่อมจะรู้สึกว่า ความคิดความเห็นเป็นต้นแต่เดิมมานั้นก็มีถูกบ้างผิดบ้าง บางทีก็มีถูกมากผิดน้อย หรือถูกน้อยผิดมาก แต่ว่าอันความที่จะบรรลุถึงความสิ้นทุกข์อย่างแท้จริงนั้นจะต้องตัดการเวียนว่ายตายเกิดคือสังสารวัฏนี้ได้โดยสิ้นเชิง เมื่อยังมีความเวียนว่ายตายเกิดอยู่ก็ยังต้องทุกข์ ดังที่เราทั้งหลายสวดกันอยู่ว่า “เกิดเป็นทุกข์ แก่เป็นทุกข์ ตายเป็นทุกข์” และยังมีทุกข์อื่น ๆ อีกเป็นอันมาก และบรรดาทุกข์อื่น ๆ นั้นก็มาจากชาติทุกข์ ทุกข์คือความเกิดนั้นเป็นเบื้องต้นสำหรับในชีวิตหนึ่ง ๆ เมื่อยังไม่ได้ปฏิบัติศึกษาธรรมก็อาจจะเห็นแต่ว่าแก่เป็นทุกข์ เจ็บเป็นทุกข์ ตายเป็นทุกข์ แต่ไม่เห็นว่าเกิดเป็นทุกข์ เพราะฉะนั้นจึงเห็นว่า ตายเป็นอวมงคล แต่ว่าเกิดเป็นมงคล แต่เมื่อได้ปฏิบัติธรรมแล้วก็เหมือนกัน ถ้าตายเป็นอวมงคลเกิดก็เป็นอวมงคลเหมือนกัน หรือถ้าเป็นมงคลก็เป็นมงคลด้วยกัน และเมื่อเทียบกันแล้วเกิดย่อมเป็นต้นเหตุของชีวิตอันนี้ แล้วก็ต้องมีแก่มีตายไม่พ้นไปได้

กิเลส-กรรม-วิบาก

คราวนี้เมื่อจับพิจารณาถึงวัฏฏสังสาระอย่างละเอียดเข้ามา ก็ย่อมจะจับได้ว่ามีเงื่อนสำคัญอยู่สามคือ

หนึ่ง กิเลส

สอง กรรม

และสาม วิบาก

คือกิเลสเป็นเหตุให้กระทำกรรม กิเลสเป็นเหตุกรรมเป็นผล แล้วกรรมก็กลับเป็นเหตุส่งวิบากคือผล ตั้งต้นแต่วิบากขันธ์คือขันธ์ที่เป็นวิบากอันนี้ คือขันธ์ที่ได้มาพร้อมกับชาติความเกิดนี้ เป็นวิบากคือเป็นผลของกรรมเก่า กรรมจึงเป็นเหตุวิบากจึงเป็นผล แล้ววิบากก็เป็นเหตุขึ้นอีก คือเป็นเหตุก่อกิเลสขึ้นอีก โดยนัยนี้วิบากก็กลับเป็นเหตุกิเลสก็กลับเป็นผล แล้วกิเลสก็เป็นเหตุให้กระทำกรรมขึ้นอีก โดยนัยนี้กิเลสก็เป็นเหตุกรรมก็เป็นผล แล้วกรรมก็เป็นเหตุส่งวิบากอีก โดยนัยนี้กรรมก็เป็นเหตุวิบากก็เป็นผล แล้ววิบากก็กลับเป็นเหตุให้เกิดกิเลสขึ้นอีก โดยนัยนี้วิบากก็เป็นเหตุกิเลสก็เป็นผล จึงเป็นวัฏฏะ คือเป็นความวนอยู่ดังนี้ วนอยู่เป็นวงกลมเหมือนอย่างล้อรถซึ่งมีอยู่สามซี่ กิเลสซี่หนึ่ง กรรมซี่หนึ่ง วิบากอีกซี่หนึ่งวนกันไปอยู่ดังนี้โดยไม่อาจจะกล่าวว่าอะไรเป็นต้นอะไรเป็นปลาย เป็นต้นแล้วก็เป็นปลาย แล้วปลายก็กลับเป็นต้น เป็นต้นแล้วก็กลับเป็นปลาย วนเป็นวงกลมอยู่ดังนี้เหมือนอย่างล้อรถที่วิ่งไป จะมีกี่ซี่ก็ตาม แต่ละซี่นั้นก็กลับเป็นต้นเป็นปลาย นี่แหละคือวัฏฏะ ความวน

วัฏฏะ คือความวนดังกล่าวนี้ก็มีอยู่ในกระแสจิตทุกวันนั้นเอง อันจะพึงเห็นได้ว่า ตัณหาสมมติเอาว่ารูปตัณหา ความอยากได้ในรูปคืออยากจะดูรูปนี้เป็นกิเลส ก็เป็นเหตุให้กระทำกรรมคือเกิดเจตนาที่จะดูรูปขึ้นมาแล้วก็ทำการดูรูป เช่นว่า เดินไปก็ดี วิ่งไปก็ดี หรือทำกิริยาอย่างอื่นก็ดี ให้ถึงรูปที่จะดูนั้นแล้วก็ลืมตาดู ดังนี้ก็เป็นกรรมขึ้นมา คราวนี้เมื่อทำกรรมดังนี้ก็เกิดวิบาก การมองเห็นรูปนั้นก็เป็นวิบากของกรรม คือการดู คราวนี้วิบากคือการที่เห็นรูปนี้ก็ก่อกิเลสขึ้นอีก ถ้ารูปนั้นสวยงามน่ารักน่าชม ก็เกิดรูปตัณหาที่อยากจะดูยิ่งขึ้นไปอีก ถ้าหากว่าไม่น่ารักน่าชมแต่น่าชัง ก็เกิดโทสะขึ้นมา คือขัดใจก็ก่อกิเลสขึ้นมาอีก ดังนี้

๑๕๗

วัฏฏปัจเฉทะ

ฉะนั้น จะพึงเห็นได้ว่าในปัจจุบันนี้เอง จิตใจของทุก ๆ คนก็วิ่งวนเวียนอยู่ในกิเลส กรรม วิบาก ดังกล่าวนี้ตามอายตนะที่เห็นได้ง่ายดังนี้ คราวนี้การปฏิบัติในศีล สมาธิ ปัญญา ที่ปฏิบัติมาโดยลำดับ ย่อมเป็นการปฏิบัติตัดวัฏฏะทั้งนั้น เช่นว่าศีล เว้นจากการฆ่า เว้นจากการลักเป็นต้น ก็เป็นการปฏิบัติที่ตัดกิเลส กรรม วิบาก กล่าวคือ ตัดกิเลสก็คือตัดโลภโกรธหลงที่เป็นเหตุให้คิดจะฆ่าจะลักของเขา ตัดกรรมก็คือตัดปาณาติบาตกรรม ตัดอทินนาทานกรรม ตัดวิบากก็คือว่าตัดวิบากของปาณาติบาตกรรม ของอทินนาทานกรรมเสียได้ การปฏิบัติในศีลก็เป็นการปฏิบัติตัดวัฏฏะอย่างหยาบ การปฏิบัติในสมาธิก็เป็นการปฏิบัติเพื่อตัดวัฏฏะขั้นกลาง คือตัดกิเลส ตัดกรรม ตัดวิบากที่เป็นขั้นบังเกิดขึ้นกลุ้มรุมใจเป็นขั้นนิวรณ์ การปฏิบัติในสมาธินั้นก็ตัดนิวรณ์เสียได้ ก็ตัดกรรมที่เนื่องมาจากนิวรณ์ ก็ตัดผลของกรรมคือวิบาก การปฏิบัติในปัญญาก็เป็นการปฏิบัติตัดวัฏฏะอย่างละเอียดขึ้น คือเพื่อตัดอวิชชา ตัณหา อุปาทาน ก็ตัดกรรมเพราะอวิชชาตัณหาอุปาทาน และตัดวิบากเพราะกรรมนั้น ฉะนั้น ผู้ปฏิบัติทุก ๆ คนก็ชื่อว่าเป็นการปฏิบัติเพื่อตัดวัฏฏะทั้งนั้นตามภูมิตามชั้น จนถึงตัดได้สิ้นเชิงก็เป็น "วัฏฏปัจเฉทะ" อันเป็นวิมุตตินิพพานขั้นสูงสุด แต่ในขณะที่ปฏิบัติอยู่ขั้นศีลขั้นสมาธิปัญญาแม้ขั้นสามัญก็เป็นวิมุตตินิพพานขั้นสามัญ ให้ระลึกถึงธรรมเป็นที่สงบระงับคือเป็นที่ตัดวัฏฏะดังนี้อยู่เนือง ๆ จะทำให้มีฉันทะวิริยะในอันที่จะปฏิบัติเพื่อตัดวัฏฏะและเพื่อพบกับความสงบอันเป็นผลซึ่งจะพึงได้โดยลำดับ

๘ กันยายน ๒๕๑๘

ครั้งที่ ๓๕ อุปสมานุสสติ ขั้นวิมุตติ
สิ้นตัณหา

ในเบื้องต้นนี้ก็ขอเชิญชวนให้ระลึกถึงความสงบหรือธรรมเป็นเครื่องสงบอันเรียกว่า อุปสมานุสสติ ได้แสดงถึงความสงบหรือธรรมเป็นเครื่องสงบซึ่งมีได้ด้วยศีล สมาธิ ปัญญา และวิมุตติมาโดยลำดับ และได้แสดงถึงลักษณะของความสงบมาโดยลำดับตั้งแต่ความถอนความเมา กำจัดความกระหาย กำจัดอาลัย ตัดวัฏฏะ ในวันนี้จะแสดงอีกลักษณะหนึ่งคือลักษณะที่เป็นความสิ้นไปแห่งตัณหา ความสงบในลักษณะนี้พิจารณาดูที่จิตใจเมื่อสงบความดิ้นรนทะยานอยากปรารถนาต้องการก็ย่อมจะเห็นได้ชัด และทุกคนย่อมจะต้องเคยมีความดิ้นรนทะยานอยากปรารถนาต้องการอย่างแรงอันบังเกิดขึ้นในจิตใจเพื่อที่จะได้สิ่งที่อยากจะได้บ้าง เพื่อที่จะเป็นตามที่อยากจะเป็นบ้าง และเพื่อที่จะได้กำจัดสิ่งที่ไม่ต้องการอยากได้หรือภาวะที่ไม่อยากจะเป็นให้สิ้นไปหมดไป และเมื่อความดิ้นรนทะยานอยากเช่นนั้นบังเกิดขึ้น จิตใจเป็นอย่างไรพิจารณาดูก็ย่อมจะเห็นได้

ทุกขเวทนาเพราะตัณหา

อันจิตใจที่ประกอบด้วยความดิ้นรนทะยานอยากดังกล่าวนั้น ย่อมมีความดิ้นรนมากบ้างน้อยบ้าง ถ้าหากว่าความอยากแรงก็ดิ้นรนแรง ถ้าหากว่าความอยากน้อยลงมาก็ดิ้นรนน้อยลงมา และความดิ้นรนทะยานอยากนั้น เมื่อสมปรารถนาก็ย่อมจะรู้สึกว่าเป็นความสุข เมื่อไม่สมปรารถนาก็ย่อมจะรู้สึกว่าเป็นความทุกข์ แต่ว่าอันความสมปรารถนานั้นก็ย่อมจะมีได้ในวิสัยที่จะพึงมีได้ ถ้าหากว่าไม่อยู่ในวิสัยที่จะพึงมีได้ ก็จะต้องพบกับความไม่สมปรารถนา เมื่อเป็นดังนี้ก็เป็นความทุกข์ เข้าในข้อที่ว่า "ปรารถนาไม่ได้สมหวังเป็นทุกข์" และอันความปรารถนาดังกล่าวนี้เมื่อจะสรุปลงแล้วก็สรุปได้ว่า ปรารถนาที่จะประจวบกับสิ่งที่เป็นที่รัก ที่จะให้สิ่งไม่เป็นที่รักพลัดพรากไป แต่ว่าเมื่อไปพบตรงกันข้าม คือไปประจวบกับสิ่งที่ไม่เป็นที่รัก หรือไปพลัดพรากกับสิ่งที่เป็นที่รักเข้า ก็เป็นความปรารถนาไม่สมหวังซึ่งเป็นความทุกข์ และความทุกข์ดังกล่าวนี้ก็มีลักษณะเป็นความแห้งใจ คือใจแห้งผากลงไปปราศจากความสดชื่นหรือความชื่นบานเป็นความระทมใจคร่ำครวญอยู่ในใจ เป็นความไม่สบายกาย เป็นความไม่สบายใจ เป็นความคับแค้นใจต่าง ๆ รวมความก็คือเป็นทุกขเวทนาที่เป็นไปทางกายบ้าง ที่เป็นไปทางใจบ้าง แต่ส่วนสำคัญนั้นเป็นไปในทางใจ น้อยหรือมากสุดแต่ว่าความปรารถนาน้อยหรือมากเพียงไร และนอกจากนี้ความปรารถนาดังกล่าวนี้เพื่อที่จะให้สมหวังย่อมเป็นเหตุให้ประกอบกรรมทางกายบ้างทางวาจาบ้าง ทางใจบ้าง แม้เป็นกรรมที่ชั่วเป็นกรรมที่ผิดอันเป็นไปเพื่อเบียดเบียนตนเบียดเบียนผู้อื่นให้เดือดร้อนมีประการต่าง ๆ จึงก่อให้เกิดอกุศลกรรมต่าง ๆ ขึ้นอีกส่วนหนึ่งด้วย

เพราะฉะนั้น ตัณหาคือความดิ้นรนทะยานอยากปรารถนาต้องการจึงเป็นความไม่สงบ เป็นความไม่สงบที่ปรากฏขึ้นในใจก่อน คือปรากฏอาการขึ้นเป็นความดิ้นรนทะยานอยากต่าง ๆ ดังกล่าว แล้วก็เป็นความไม่สงบโดยเป็นทุกขเวทนา เพราะต้องเป็นทุกข์ มีโศกคือความแห้งใจเป็นต้นดังกล่าวแล้ว และยังเป็นความไม่สงบทางกายทางวาจาทางใจ ซึ่งเป็นไปทางกรรมคือการงานที่กระทำอีกด้วย จะต้องได้รับผลของกรรมนั้นเป็นความไม่สงบ เพราะเป็นความทุกข์ต่าง ๆ อีก เพราะฉะนั้น บรรดาความไม่สงบทั้งหลายที่ทุก ๆ คนได้รับจึงเนื่องมาจากตัณหาคือความดิ้นรนทะยานอยากของใจนี้ และแม้ว่าจะได้รับความสมปรารถนาในสิ่งที่เป็นวิสัยอันทำให้ได้เสวยสุขเวทนา คือความรู้สึกเป็นสุขได้ความพอใจ แต่ว่าสุขและความพอใจดังกล่าวนั้นก็บังเกิดขึ้นชั่วระยะเวลาอันยาวบ้างสั้นบ้าง ไม่เป็นที่ตั้งอยู่แน่นอนจนตลอดไป เพราะสิ่งที่ได้ตามปรารถนาหรือภาวะที่ได้ตามปรารถนานั้นย่อมเป็นสิ่งที่ดำรงอยู่กับตน ตนรู้ว่าเป็นเจ้าเข้าเจ้าของครอบครองอยู่ชั่วระยะเวลาที่ยาวบ้างสั้นบ้าง สิ่งหรือภาวะเหล่านั้นต้องพลัดพรากไปก่อนบ้างหรือว่าชีวิตอันนี้ต้องดับไปเสียก่อนบ้างต้องทิ้งสิ่งทั้งปวงไป เพราะฉะนั้น เป็นอันว่าจะต้องพบกับความพลัดพรากอยู่เสมอไป ที่จะไม่พลัดพรากก็คือว่าตนเองและบุญกับบาป เมื่อเกิดมาก็ตนเองผู้เดียวเป็นผู้มาเกิดพร้อมกับบุญบาปที่ได้กระทำไว้ เมื่อไปก็ตนเองผู้เดียวเป็นผู้ไปพร้อมกับบุญและบาปที่ได้กระทำไว้ เพราะฉะนั้น เมื่อมีความดิ้นรนปรารถนาทะยานอยากของใจอยู่จึงต้องพบกับความไม่สงบพบกับความทุกข์ต่าง ๆ และแม้จะพบกับความสุขก็ชั่วระยะเวลาที่ยาวหรือสั้นดังกล่าวแล้ว

อาศัยตัณหาละตัณหา

ฉะนั้น ตัณหาคือความดิ้นรนทะยานอยากของใจจึงได้แต่สร้างความไม่สงบและความทุกข์ต่าง ๆ ให้บังเกิดขึ้น พระสัมมาสัมพุทธเจ้าจึงได้ตรัสสอนให้ปฏิบัติเพื่อละตัณหาคือความดิ้นรนทะยานอยากปรารถนานั้นเสียสำหรับผู้ที่ต้องการจะพบกับความสงบ และในขั้นสามัญก็ได้มีคำสอนอันแสดงไว้ว่า "ให้อาศัยตัณหาละตัณหาเสีย" ความอาศัยตัณหาละตัณหานั้นก็หมายความว่าให้ใช้ความดิ้นรนทะยานอยากในทางที่จะพบกับความสิ้นทุกข์ คือให้อยากพบความสิ้นทุกข์ อยากบรรลุมรรคผลนิพพาน อันความอยากดังกล่าวนี้ถ้าเป็นความพอใจใคร่ที่จะปฏิบัติกระทำท่านเรียกว่าฉันทะ เป็นอิทธิบาทคือธรรมที่ให้บรรลุถึงความสำเร็จ แต่ว่าถ้าเป็นความพอใจที่แรงสักหน่อยหนึ่งอันมีลักษณะเป็นความดิ้นรนหรือเป็นความต้องการที่มาก ฉันทะนี้ก็เป็นตัณหา และเมื่อแสดงอย่างละเอียดแม้ฉันทะดังกล่าวนั้นก็เป็นตัณหาอย่างละเอียดอย่างหนึ่ง แต่เป็นตัณหาในทางที่ดี ก็ให้อาศัยตัณหาในทางที่ดีนั้นเพื่อละตัณหาในที่สุด ในข้อนี้ได้มีแสดงถึงการอาศัยฉันทะเพื่อละฉันทะดังที่ท่านพระอานนทเถระได้ตอบปัญหาที่มีผู้มาถามว่า "ประพฤติพรหมจรรย์เพื่ออะไร" ท่านตอบว่า "เพื่อละฉันทะ" ผู้ถามก็ถามต่อไปว่า "การละฉันทะนั้นจะทำอย่างไร" ท่านก็

ตอบว่า "ให้อบรมทำฉันทะให้บังเกิดขึ้น" ผู้ถามจึงแย้งว่า "คำตอบเช่นนี้เป็นไปไม่ได้ เพราะว่าทีแรกตอบว่าประพฤติพรหมจรรย์เพื่อละฉันทะ แล้วทำไมจึงมาตอบอีกว่าให้ปฏิบัติอบรมทำฉันทะ" ท่านพระอานนท์จึงได้แสดงอุปมาว่า "การที่จะมาสู่อารามนี้ผู้มาก็ต้องมีฉันทะที่จะมา ต้องมีความเพียรที่จะมา ต้องมีจิตตะที่จะมา ต้องมีความใคร่ครวญที่จะมา แต่ว่าครั้นมาถึงอารามนี้แล้ว ฉันทะนั้นก็สงบ ความเพียรก็สงบ จิตใจที่จะมาก็สงบ วิมังสาคือความใคร่ครวญพิจารณาที่จะมาก็สงบ ฉะนั้น จึงละฉันทะอย่างนี้" ตามคำตอบของท่านนี้ก็คือว่าต้องอาศัยฉันทะในการที่จะทำกรณียะคือกิจที่ควรทำ ครั้นทำเสร็จแล้ว ฉันทะนั้นก็สงบ ก็เป็นอันว่าละฉันทะ อาศัยตัณหาเพื่อละตัณหาก็เช่นเดียวกัน อาศัยตัณหาคือความอยากเพื่อจะทำกรณียะ คือกิจที่ควรทำ ครั้นทำสำเร็จแล้ว ตัณหานั้นก็สงบ แต่ว่าต้องละตัณหาจึงจะพบกับความสงบอันหมายถึงความสิ้นสุดกิจที่จะพึงทำนั้นได้

ฉะนั้น เมื่อยังมีตัณหาอยู่ก็ให้เป็นนายของตัณหา อย่าให้ตัณหาเป็นนาย ตัณหาเป็นนายนั้นเรียกว่า **ตณฺหาทาโส** แปลว่าเป็นทาสของตัณหา ความเป็นทาสของตัณหานั้นก่อให้เกิดความทุกข์อันเป็นความไม่สงบด้วยประการทั้งปวง แต่ความเป็นนายของตัณหานั้นแม้ว่าจะมีความไม่สงบเพราะตัณหา แต่ก็สามารถควบคุมตัณหาได้ ไม่ให้ตัณหานำไปในทางที่ผิด เพราะว่าเมื่อมีความดิ้นรนทะยานอยากบังเกิดขึ้นก็ควบคุมได้ เพราะพิจารณารู้ว่าที่ดิ้นรนทะยานอยากไปอย่างนั้นถูกหรือผิด ถ้าเป็นไปในทางที่ผิด ก็งดเว้นไม่กระทำ สงบความอยากนั้นเสีย ถ้าเป็นไปในทางที่ถูกก็กระทำ ก็เป็นอันว่าเป็นนายของตัณหาควบคุมตัณหาได้ และเป็นการอาศัยตัณหาเพื่อละตัณหาเสียด้วย ก็เพราะว่าเมื่ออยากจะทำกรณียะ คือกิจที่ควรทำอันใดอันเป็นกิจที่ดีที่ชอบเมื่อกระทำเสร็จลงไปแล้วตัณหาในเรื่องนั้นก็สงบเป็นอันละตัณหานั้นได้ พบความสงบไปชั้นหนึ่ง ๆ ดังนี้

ตณฺหกฺขโย

เพราะฉะนั้น การที่สามารถควบคุมจิตใจของตนเองให้เป็นนายของตัณหาในใจ ควบคุมตัณหาในใจของตนเองได้ และให้อาศัยตัณหาเพื่อละตัณหาเสียในทางที่ถูกที่ควรดังนี้ ก็เป็นปฏิปทานำไปสู่ความสงบ และเมื่อละตัณหาคือความดิ้นรนทะยานอยากเสียได้อย่างหนึ่ง ๆ ก็เป็นความสงบอย่างหนึ่ง ๆ ละได้มากก็เป็นความสงบมาก เพราะฉะนั้น ให้พิจารณาดูถึงความสงบตัณหาซึ่งทุก ๆ คนมีอยู่ เทียบเคียงกับความไม่สงบเพราะมีตัณหาคือความดิ้นรนทะยานอยากของใจก็ย่อมจะรู้ได้ และเมื่อปฏิบัติสงบระงับตัณหาละตัณหาเสียตามภูมิตามชั้นแม้โดยที่กล่าวมา ก็ย่อมจะพบกับความสงบตามภูมิตามชั้น และการสงบตัณหาหรือละตัณหาเสียได้นั้นก็จะปรากฏเป็นศีลบ้าง เป็นสมาธิบ้าง เป็นปัญญาบ้าง เป็นวิมุตติบ้าง ตัณหาอย่างแรงเมื่อสงบด้วยศีล

ละได้ด้วยศีล คือว่างเว้นด้วยใจของตนเองได้ ไม่กระทำไปตามความดิ้นรนทะยานอยากของใจ ดังนี้ก็เป็นการละตัณหาด้วยศีล เมื่อสงบกามฉันท์นิวรณ์ในใจของตนเองได้ด้วยสมาธิก็เป็นการละตัณหาด้วยสมาธิ เมื่อละตัณหาอย่างละเอียดที่บังเกิดขึ้นด้วยปัญญา เพราะพิจารณามองเห็นว่าตัณหาเป็นเหตุแห่งทุกข์ ตัณหาจึงสงบไปจากใจ ความยึดถือสิ่งที่ยึดถือด้วยตัณหานั้นก็สงบลงไป ก็เป็นความสงบเพราะละตัณหาด้วยปัญญา และความสงบเพราะละตัณหาเสียได้อันเป็นตัวความสงบอันบังเกิดขึ้นในใจ มีลักษณะเป็นความไม่ดิ้นรนไม่กระวนกระวายไม่ทะยานอยาก มีลักษณะเป็นความอิ่ม เป็นความเต็มเป็นความพอเป็นความเยือกเย็น สิ้นความดิ้นรนกระวนกระวายด้วยประการทั้งปวงดังนี้ เป็นลักษณะของวิมุตติคือความหลุดพ้นตามภูมิตามชั้น ดังนี้แหละเป็นธรรมที่เป็นความสงบหรือเป็นที่สงบเพราะสิ้นตัณหา ละตัณหาในลักษณะที่ว่า "ตณฺหกฺขโย ความสิ้นตัณหาหรือธรรมเป็นที่สิ้นตัณหา" อันเป็นอุปสมะ ความสงบระงับหรือธรรมเป็นที่สงบระงับอีกลักษณะหนึ่ง

๑๖ กันยายน ๒๕๑๙

ครั้งที่ ๓๖ อุปสมานุสสติ ขั้นวิมุตติ
สิ้นติดใจยินดี

ในเบื้องต้นนี้ขอเชิญชวนให้ทุก ๆ ท่านระลึกถึงความสงบอันเรียกว่า อุปสมานุสสติ ความระลึกถึงความสงบอันเรียกว่าอุปสมานุสสตินี้ได้แสดงมาแล้วหลายครั้ง เพราะว่าอันความสงบนั้นจะต้องมีเหตุมีผล ความสงบที่เป็นส่วนเหตุอันได้แก่ความสงบสิ่งที่ทำให้เกิดความไม่สงบทั้งหลาย ความสงบที่เป็นส่วนผล ก็ได้แก่ตัวความสงบจริง ๆ อันมีลักษณะเป็นความเรียบร้อยเป็นความเยือกเย็นเป็นความสุข ฉะนั้น ในการแสดงถึงความสงบหรือระลึกถึงความสงบ ก็พึงระลึกถึงความสงบที่เป็นส่วนเหตุเป็นข้อสำคัญ เพราะเมื่อระลึกถึงความสงบข้อนี้ได้ ก็ย่อมจะทำให้ได้ทราบแนวปฏิบัติให้บรรลุถึงความสงบนั้น และเมื่อได้รับความสงบที่เป็นส่วนผลก็ให้กำหนดระลึกอาการของความสงบข้อนี้ซึ่งปรากฏบังเกิดมีขึ้นในจิตใจ ศึกษาให้ทราบแน่ชัด เมื่อเป็นดังนี้แล้วก็ทำให้ได้พบกับความสงบทั้งที่เป็นส่วนเหตุและทั้งที่เป็นส่วนผล จึงได้แสดงเรื่องความสงบนี้มาหลายครั้ง และได้แสดงถึงความสงบที่เป็นส่วนเหตุคือสงบอะไร ด้วยอะไร ดังจะกล่าวสรุปอีกครั้งหนึ่งว่า ความสงบความประพฤติที่เป็นภัยเป็นเวรทั้งหลายย่อมมีได้ด้วยศีล ความสงบนิวรณ์คือเครื่องกลุ้มกลัดที่บังเกิดขึ้นในจิตใจอันทำให้จิตใจฟุ้งซ่านเร่าร้อน ย่อมมีได้ด้วยสมาธิ และความสงบความดิ้นรนปรารถนาของใจและความยึดถือทั้งหลาย หรือกล่าวอีกอย่างหนึ่งว่าสงบความรู้ความเห็นที่ผิด หรือว่าทิฏฐิมานะอันมีอยู่อย่างลึกซึ้งในจิตใจ ย่อมมีได้ด้วยปัญญา และความสงบที่เป็นส่วนผลนั้นก็ได้แก่ความหลุดพ้นของใจ ตั้งต้นแต่จากภัยเวรจากเรื่องกลุ้มใจทั้งหลายตลอดจนถึงทิฏฐิมานะ หรือความรู้ผิดเห็นผิด อันมีลักษณะเป็นความสร่างเมาหายเมา มีลักษณะเป็นความดับความกระหายของใจ มีลักษณะเป็นความถอนอาลัย มีลักษณะเป็นความตัดวัฏฏะคือความวนเวียน มีลักษณะเป็นความสิ้นความดิ้นรนทะยานอยากของใจ และในวันนี้จะแสดงอีกลักษณะหนึ่ง คือมีลักษณะเป็นความสิ้นติดใจยินดีเป็นการสำรอกเครื่องย้อมใจอันเรียกว่า วิราคะ

เครื่องย้อมใจ

คำว่า "วิราคะ" นี้ ตรงกันข้ามกับคำว่า "ราคะ" คำว่าราคะนั้นแปลว่าย้อม แปลว่าติด เหมือนอย่างสีสำหรับย้อมผ้าซึ่งเป็นเครื่องย้อม เครื่องย้อมหรือว่าการย้อมเรียกว่า ราคะ และเมื่อย้อมแล้วสีก็ติดผ้า การติดนี้ก็เรียกว่าราคะ ในที่นี้หมายถึงเครื่องย้อมการย้อมและการติดทางจิตใจ อันเครื่องย้อมนั้นก็ได้แก่สิ่งที่น่ารักใคร่ปรารถนาพอใจทั้งหลาย จะกล่าวว่ารูปที่ตาเห็น เสียงที่หูได้ยิน กลิ่นที่จมูกได้ดม รสที่ลิ้นได้ทราบ และสิ่งที่กายได้ถูกต้อง อันเป็นสิ่งที่น่ารัก

ใคร่ปรารถนาพอใจทั้งหลาย หรือจะกล่าวว่าโลกธรรม ธรรมสำหรับโลกอันเป็นฝ่ายอิฏฐารมณ์ อารมณ์ที่น่ารักใคร่ปรารถนาพอใจทั้งหลายอันได้แก่ ลาภ ยศ สรรเสริญ สุข ดังนี้ก็ได้ สิ่งเหล่านี้ล้วนเป็นเครื่องย้อมใจ และเมื่อเครื่องย้อมใจเหล่านี้เข้าไปทำการย้อมใจ ใจก็ติดสีคือติดเครื่องย้อมเหล่านี้

ฉะนั้น จึงมีแสดงอุปมาเปรียบเทียบสีของใจไว้ต่าง ๆ คือเป็นสีดำก็มี เป็นสีเขียวก็มี เป็นสีแดงก็มี เป็นสีเหลืองก็มี เป็นสีขาวก็มี เป็นสีขาวอย่างยิ่งก็มี ใจที่มีสีดำเพราะติดเครื่องย้อมที่เป็นสีดำนั้นปรากฏเป็นใจที่มีลักษณะโหดร้าย มีความโลภจัด มีความโกรธจัด มีความหลงจัด ปราศจากความรู้จักบาปบุญคุณโทษ ประโยชน์มิใช่ประโยชน์ มีลักษณะดังที่เรียกว่าอันธพาล คือเป็นคนเขลาเป็นคนโง่ เหมือนดังเป็นผู้บอด ดั่งนี้ก็เป็นใจที่มีสีดำ ส่วนใจที่มีสีเขียวนั้นเป็นใจที่ดีขึ้นมาหน่อยหนึ่ง คือรู้จักที่ถูกที่ผิด รู้จักให้ความยุติธรรม มีการพิจารณาปฏิบัติตามผิดตามถูก ใจที่มีสีแดงก็เป็นใจที่ดีขึ้นมาอีกระดับหนึ่ง รู้จักมุ่งหาการกระทำความดีอันเป็นบุญเป็นกุศลต่าง ๆ ขึ้น ใจที่มีสีเหลืองก็เป็นใจที่ดีขึ้นมาอีก รู้จักที่จะประพฤติธรรมสูงขึ้น ใจที่มีสีขาวก็เป็นใจที่สูงขึ้นมาอีกมากใกล้จะถึงความบริสุทธิ์อย่างยิ่ง จนถึงขั้นรู้จักออกบวช เป็นฤษี เป็นโยคี ปฏิบัติธรรมอันเป็นนักบวชภายนอกพระพุทธศาสนา หรือว่าเป็นภิกษุ สามเณรในพระพุทธศาสนา ส่วนใจที่มีสีขาวอย่างยิ่งนั้นกล่าวอีกอย่างหนึ่งว่าเป็นใจที่สำรอกสีออกได้โดยสิ้นเชิง เป็นใจที่บริสุทธิ์อย่างยิ่งไม่มีสี ได้แก่ท่านผู้บรรลุถึงความบริสุทธิ์อย่างยิ่ง คือพระพุทธเจ้าและอรหันตสาวกทั้งหลาย

วิราคธรรม

เพราะฉะนั้น เครื่องย้อมใจซึ่งทำการย้อมใจให้มีสีต่าง ๆ โดยจิตใจนี้ติดสีต่าง ๆ และมีระดับต่าง ๆ ตั้งแต่ขั้นที่ดำทมิฬมืดมิดและค่อย ๆ สำรอกสีที่ดำทมิฬมืดมิดนั้นได้โดยลำดับจนถึงขั้นบริสุทธิ์อย่างยิ่ง เป็นจิตใจที่สำรอกสีออกได้ด้วยประการทั้งปวง ใจที่ติดสีหรือสีที่ติดใจนี้คือราคะ ใจที่ประกอบด้วยราคะอันมีลักษณะหยาบและละเอียดตามภูมิตามขั้น และใจที่สำรอกสีก็เป็นใจที่ประกอบด้วยวิราคะอันตรงกันข้าม ซึ่งก็มีการสำรอกสีออกไปโดยลำดับเช่นเดียวกันจนถึงเป็นวิราคะอย่างสมบูรณ์ คือเป็นจิตใจที่สำรอกสีออกได้ทั้งหมด เป็นใจที่ไม่มีสี บรรลุถึงความบริสุทธิ์สมบูรณ์ดังกล่าวนั้น นี้คือวิราคธรรมอันบุคคลพึงปฏิบัติได้ตั้งแต่เบื้องต้นเบื้องต่ำจนถึงที่สุด เพราะว่าจิตใจอันนี้ได้มีราคะ คือเครื่องย้อมมาทำการย้อมใจให้ใจนี้ติด คือติดใจยินดีอยู่ในรูปบ้าง เสียงบ้าง กลิ่นบ้าง รสบ้าง โผฏฐัพพะคือสิ่งที่กายถูกต้องบ้าง อันน่าปรารถนาพอใจทั้งหลาย หรือว่าติดอยู่ในลาภ ยศ สรรเสริญ สุขต่าง ๆ เป็นอันมาก และสีที่ติดใจหรือว่าใจที่ติดสีนี้ก็ติดมากมายหลายชั้นซับซ้อนกันจนดำคือแนบสนิทกลายเป็นสีดำไปก็มี คลายมา

เป็นสีเขียว สีแดง คลายมาเป็นสีเหลืองหรือคลายลงมาอีกก็เป็นสีขาวและก็ยังเป็นสีอยู่ แต่ก็นับว่าดีขึ้นมากแล้ว คราวนี้มาสำรอกออกทั้งหมดได้กลายเป็นสีขาวอย่างยิ่งคือไม่มีสี ดังนี้แหละก็นับว่าเป็นการบรรลุอย่างสมบูรณ์ เป็นความสงบอย่างสมบูรณ์ นี้คือวิราคธรรม

สติปัฏฐานสี่

ธรรมที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงก็ล้วนแต่เป็นเครื่องสำรอกของใจนี้ทั้งนั้น ไม่ว่าจะเป็นธรรมข้อไหน ทั้งที่เป็นส่วนศีล ทั้งที่เป็นส่วนสมาธิและทั้งที่เป็นส่วนปัญญา ในส่วนที่เป็นสมาธิและปัญญาประกอบกันนั้น ก็ได้แก่ส่วนที่มาตั้งสติพิจารณากาย เวทนา จิต ธรรม ตามนัยที่ตรัสแสดงไว้ในมหาสติปัฏฐานสูตร ก็เพราะว่าบุคคลทุก ๆ คนนั้นย่อมเป็นประเภทตัณหาจริตอย่างหยาบบ้าง ตัณหาจริตอย่างละเอียดบ้าง ทิฏฐิจริตอย่างหยาบบ้าง ทิฏฐิจริตอย่างละเอียดบ้าง คนที่เป็นตัณหาจริตอย่างหยาบก็เช่นว่าเป็นคนที่มุ่งรักสวยรักงามมักจะติดกาย ก็ตรัสสอนให้ตั้งสติพิจารณากายนี้ให้เห็นธรรมดาคือความเกิดดับเพื่อที่จะคลายความติดในกายลงไป คนที่มีตัณหาจริตอย่างละเอียดก็คือคนที่มักจะแสวงหาความสุขเป็นประการสำคัญ คือมุ่งสุขกายสุขใจเป็นใหญ่ แม้ว่าทางร่างกายจะไม่สวยสดงดงามไปบ้างก็ไม่เป็นไร ขอให้มีความสุขกายสุขใจก็แล้วกัน ก็ตรัสสอนให้ตั้งสติพิจารณาเวทนาคือความรู้สึกเป็นสุขเป็นทุกข์ และไม่ทุกข์ไม่สุขให้เห็นธรรมดาคือความเกิดความดับ และเมื่อเป็นดังนี้ก็จะคลายติดในเวทนาลงไป คนที่มีทิฏฐิจริตอย่างหยาบคือมักที่จะถือเอาความเห็นของตนเป็นประมาณมักจะติดจิตคือติดในอาการแห่งใจของตนเอง มุ่งเอาแต่ใจของตนเองเป็นที่ตั้ง เมื่อถูกใจแล้วก็ใช้ได้ ก็ตรัสสอนให้พิจารณาจิต ให้เห็นความเกิดความดับเช่นเดียวกัน เมื่อเป็นดังนี้ก็จะคลายจากความติดในจิตใจ คนที่มีทิฏฐิจริตอย่างละเอียดมักจะติดในเรื่องที่บังเกิดขึ้นในใจเป็นประการสำคัญ ต้องการให้ใจนี้ได้พบกับเรื่องที่พอใจที่ชอบใจเป็นที่ตั้ง ก็ตรัสสอนให้พิจารณาธรรมคือเรื่องที่บังเกิดขึ้นในจิตใจทั้งหลาย ให้เห็นความเกิดความดับเช่นเดียวกัน สติปัฏฐานทั้งสี่นี้จึงเหมาะสำหรับผู้มีจริตทั้งสี่ดังที่กล่าวมาแล้ว ทุก ๆ คนก็ย่อมจะมีจริตทั้งสี่นี้อยู่ด้วยกัน เพราะฉะนั้น ก็สามารถที่จะตั้งสติกำหนดพิจารณาได้ทุกข้อ และแต่ละข้อในสี่ข้อนี้ก็ได้แบ่งแยกเป็นหมวดย่อย ๆ ออกไปอีก และวิธีที่ปฏิบัติตั้งสติบางข้อก็ต้องการให้รวมจิตเข้ามากำหนดอยู่เพียงเรื่องเดียว บางข้อก็ต้องการให้พิจารณาดังที่ได้แสดงมาโดยลำดับ

๒๓ กันยายน ๒๕๑๕

ครั้งที่ ๓๗ อุปสมานุสสติ ขั้นวิมุตติ
ดับเครื่องก่อทุกข์

ในเบื้องต้นก็ขอชวนเชิญให้ทุก ๆ ท่านระลึกถึงความสงบอันเรียกว่า สันติหรืออุปสมะ ความระลึกถึงความสงบก็เรียกว่า อุปสมานุสสติ และก็ได้แสดงมาโดยลำดับถึงความสงบอันเกิดจากศีลเป็นต้นขึ้นมาจนถึงวิมุตติความหลุดพ้น และก็แสดงถึงลักษณะความสงบอันเป็นส่วนเหตุประกอบอยู่ด้วย ตั้งต้นแต่ความสร่างเมาหายเมาถอนความเมามาจนถึงความสิ้นเครื่องย้อมใจสิ้นการย้อมใจสิ้นความติดใจในเครื่องย้อมต่าง ๆ นั้นอันเรียกว่า วิราคะ ในวันนี้จะแสดงอีกลักษณะหนึ่งที่เรียกว่า นิโรธะ หรือนิโรธที่แปลว่าดับ ตรงกันข้ามกับสมุทัยที่แปลว่าก่อให้เกิดหรือเครื่องก่อ อันสมุทัยนั้นในอริยสัจจ์ทั้งสี่ก็เป็นข้อสอง ข้อหนึ่งก็คือทุกข์ ข้อสองก็คือสมุทัย เหตุให้เกิดทุกข์หรือเครื่องก่อทุกข์ ข้อสามก็คือนิโรธ ความดับทุกข์ ข้อสี่ก็คือมรรค ทางปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์

ทุกข์เพราะตัณหา

นิโรธะหรือนิโรธที่ยกขึ้นเป็นหัวข้อในวันนี้ก็เป็นข้อสามในอริยสัจจ์ทั้งสี่ สมุทัยที่ตรงกันข้ามก็เป็นข้อสอง สมุทัยนี้เป็นเครื่องก่อทุกข์ก่อความเดือดร้อน และเครื่องก่อนี้พระพุทธเจ้าได้ทรงชี้เอาตัณหาคือความดิ้นรนของใจทะยานอยากของใจ จิตใจที่มีลักษณะดิ้นรนนั้นย่อมเป็นจิตใจที่ไม่หยุด แต่ว่าดิ้นรนกวัดแกว่งกระสับกระส่ายอยู่เสมอ เพื่อที่จะได้บ้าง เพื่อที่จะเป็นบ้าง เพื่อที่จะทำลายล้างบ้าง เพื่อที่จะได้ก็เรียกว่ากามตัณหา ความดิ้นรนทะยานอยากจะได้สิ่งที่รักใคร่ปรารถนาพอใจทั้งหลาย จะเรียกว่ารูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ สิ่งที่กายถูกต้องก็ตาม จะเรียกว่าลาภ ยศ สรรเสริญ สุขต่าง ๆ ก็ตาม จะเป็นแก้วแหวนเงินทองสิ่งใดสิ่งหนึ่งก็ตาม ซึ่งเป็นสิ่งที่รักใคร่ปรารถนาพอใจอยากจะได้ จิตก็ดิ้นรนกวัดแกว่งกระสับกระส่ายเพื่อที่จะได้สิ่งเหล่านี้มา ลักษณะดังนี้ก็เป็นกามตัณหา ความดิ้นรนกวัดแกว่งกระสับกระส่ายเพื่อที่จะเป็นโน่นเป็นนี่ต่าง ๆ ตามที่อยากจะเป็น ตลอดจนถึงเป็นเจ้าเข้าเจ้าของบรรดาสิ่งที่รักใคร่ปรารถนาพอใจเหล่านั้น ก็ทำให้จิตใจดิ้นรนไปเพื่อที่จะให้สำเร็จความเป็นนั่นเป็นนี่ตามที่ต้องการปรารถนานั้น ก็เป็นภวตัณหา

กามตัณหาและภวตัณหานี้รวมเข้าก็เป็นความดิ้นรนเพื่อที่จะดึงเข้ามาหาตน เพราะเป็นสิ่งที่อยากจะได้จะเป็น แต่ว่ายังมีความดิ้นรนอีกอย่างหนึ่งก็คือดิ้นรนเพื่อทำลายล้าง คือทำลายล้างอุปสรรคแห่งการได้สิ่งที่อยากจะได้ แห่งการเป็นสิ่งที่อยากจะเป็น อุปสรรคนั้นจะเป็นบุคคลหรือสิ่งอะไรก็ตาม ก็ดิ้นรนเพื่อจะทำลายล้างคือผลักออกไป ก็รวมความว่า ดิ้นรนที่จะดึงเข้า

มาอย่างหนึ่ง ดิ้นรนเพื่อจะผลักออกไปอีกอย่างหนึ่ง อันตัณหาคือความดิ้นรนทะยานอยากนี้เป็นตัวสมุทัยคือตัวก่อทุกข์ ความทุกข์ต่าง ๆ ย่อมเกิดขึ้นจากสมุทัยอันนี้ และพึงพิจารณาดูถึงความทุกข์เดือดร้อนวุ่นวายทั้งหลายที่บังเกิดขึ้นในโลกนี้ อันเกิดขึ้นจากกรรมคือการงานที่กระทำของบุคคล อันเป็นไปเพื่อเบียดเบียนซึ่งกันและกันตั้งแต่ส่วนน้อยจนถึงส่วนใหญ่ ก็เกิดขึ้นจากการที่ดิ้นรนไปเพื่อที่จะดึงเข้ามากับที่จะผลักออกไปดังกล่าวมานี้ จึงได้เกิดการวิวาทแก่งแย่งช่วงชิงต่อสู้จนถึงประหัตประหารกันตั้งแต่ส่วนน้อยจนถึงส่วนใหญ่ แม้เป็นสงครามครั้งใหญ่ที่มนุษย์กระทำขึ้นต่อกันก็บังเกิดขึ้นจากตัณหาคือความดิ้นรนทะยานอยากนั้นแหละเป็นมูลฐานทั้งนั้น

เพราะฉะนั้น เมื่อยังมีตัณหาคือความดิ้นรนของใจอยู่อย่างนี้ ก็ยังมีสมุทัยคือเครื่องก่อทุกข์อยู่เสมอ และโลกนี้ก็จะไม่ว่างเว้นจากการเบียดเบียนซึ่งกันและกันตั้งแต่ระหว่างบุคคล ระหว่างหมู่ จนถึงระหว่างประเทศ ระหว่างชาติ แม้จะหาวิธีแก้อย่างใดอย่างหนึ่งก็ไม่อาจที่จะแก้ได้ จะแก้ด้วยวิธีใช้กำลังต่าง ๆ ประหัตประหารกันสู้กัน ก็อาจจะมีแพ้มีชนะ แต่ก็จะเป็นไปดังที่พระพุทธเจ้าได้ตรัสไว้ว่า

ชยํ เวรํ ปสวติ ผู้ชนะย่อมก่อเวร

ทุกฺขํ เสติ ปราชิโต ผู้แพ้ย่อมนอนเป็นทุกข์

เพราะจะมีการครุ่นคิดผูกเวรซึ่งกันและกันต่อไปอีก คราวนี้แพ้ก็คิดแก้ตัวที่จะเอาชนะใหม่ก็อาจชนะใหม่ได้ ฝ่ายที่แพ้ก็คิดแก้ตัวที่จะเอาชนะใหม่อีก ก็อาจชนะใหม่อีกได้ จึงเป็นการแพ้การชนะที่ไม่แน่นอน ในระหว่างบุคคลก็ปรากฏตัวอย่างอยู่ไม่น้อย เช่นการผูกเวรกันในระหว่างตระกูล บุคคลในตระกูลนี้ทำลายบุคคลในตระกูลนั้น บุคคลในตระกูลนั้นก็ทำลายบุคคลในตระกูลนี้ ผูกเวรกันเช่นนี้มาตั้งหลายชั่วคนดังนี้ก็มี ตั้งแต่ชั้นปู่ย่าตายายมาชั้นพ่อแม่ชั้นลูกก็ทำลายกันไปอีก เรื่องเช่นนี้เคยมีตัวอย่างจนถึงกับหลวงพ่อวัดหนึ่งได้เชิญมาทั้งสองตระกูล ขอให้เลิกผูกเวรซึ่งกันและกัน ทั้งสองฝ่ายก็รับ และเมื่อรับแล้วก็เลิกทำลายล้างกันและอยู่ด้วยกันด้วยความผาสุก

นิโรธะ-ดับตัณหา ดับทุกข์

เพราะฉะนั้น การจะเอาชนะกันด้วยการผูกเวรนั้นก่อความทุกข์ไม่มีที่สิ้นสุด เพราะเกิดจากตัณหาซึ่งเป็นตัวก่อ แต่เมื่อปฏิบัติตามพระธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า ดับตัณหาซึ่งเป็นตัวก่อนี้เสียได้ก็เป็นความดับทุกข์ได้ เพราะว่าเมื่อดับตัณหาลงไปได้ในข้อใดในเรื่องใดในบุคคลใด ก็ย่อมทำให้สงบกรรมอันเป็นไปในการเบียดเบียนซึ่งกันและกันในเรื่องนั้นบุคคลนั้น ก็ปรากฏเป็นความดับทุกข์เดือดร้อน เพราะฉะนั้น ความดับทุกข์เดือดร้อนนั้นจึงมีทางปฏิบัติได้

อย่างเดียวเท่านั้น คือว่าดับตัณหาเสีย ถ้าหากว่าไม่ดับตัณหาเสียแล้วจะใช้วิธีอื่นไม่สามารถที่จะพบกับความดับทุกข์ได้อย่างจิรังถาวรแน่นอน อาจจะปราบกันลงไปได้ด้วยกำลังต่าง ๆ ให้จำต้องแพ้ให้จำต้องสงบเป็นคราว ๆ แล้วฝ่ายแพ้นั้นตั้งตัวขึ้นมาก็แก้ตัวกันใหม่ ก็กลับไปกลับมาอยู่ดังนี้ ก็เป็นตัวอย่างที่เห็นกันอยู่ แต่แม้เช่นนั้นน้อยคนที่จะมาปฏิบัติตามพระธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า คือดับตัณหาในใจของตนลงไปเสีย ดับกรรมคือการกระทำซึ่งเป็นการเบียดเบียนซึ่งกันและกันอันเป็นการก่อภัยก่อเวร รู้จักให้อภัยกันไม่ผูกเวรกัน เมื่อปฏิบัติตามพระธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าดังนี้แล้วก็ดับทุกข์ได้ดับร้อนได้ ดังนี้แหละคือนิโรธ ความดับอันเป็นความสงบ ดับตัณหาความดิ้นรนทะยานอยากของใจ เป็นผู้หยุดคือหยุดดิ้นรนกวัดแกว่งกระสับกระส่ายด้วยอำนาจของความอยากดังกล่าวนั้น ดับกรรมคือการงานที่กระทำอันเป็นไปเพื่อเบียดเบียนตนและผู้อื่นให้เดือดร้อน เมื่อเป็นดังนี้ก็ได้ผลเป็นความดับ ซึ่งเป็นความสงบ เพราะฉะนั้น จะเป็นความสงบได้ก็จะต้องเป็นนิโรธคือเป็นความดับ ดับตัณหาดับกรรมที่เป็นความเบียดเบียนดังกล่าว นี้เป็นทางเดียวเท่านั้นที่จะให้พบกับความสงบความดับทุกข์ได้ ไม่มีทางอื่นที่จะพบกับความสงบความดับทุกข์ได้

พิจารณาจิต

เพราะฉะนั้น เมื่อได้ปฏิบัติตามพระธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า จึงอาจจะพบกับความสงบได้จริงและก็สามารถที่จะปฏิบัติได้ วิธีที่จะปฏิบัตินั้นโดยปริยายคือทางหนึ่งก็ปฏิบัติตั้งสติพิจารณากาย เวทนา จิต ธรรม อันเป็นสติปัฏฐานของพระพุทธเจ้า จะแสดงข้อตั้งสติพิจารณาจิตสืบต่อไปว่า เมื่อจิตหดหู่ก็ให้รู้ว่าจิตหดหู่ เมื่อจิตฟุ้งซ่านก็ให้รู้ว่าจิตฟุ้งซ่าน เมื่อจิตใหญ่กว้างก็ให้รู้ว่าจิตใหญ่กว้าง เมื่อจิตไม่ใหญ่กว้างก็ให้รู้ว่าจิตไม่ใหญ่กว้าง เมื่อจิตยิ่งคือมีธรรมมีคุณที่ยิ่งก็ให้รู้ว่าจิตมีธรรมมีคุณที่ยิ่ง เมื่อจิตมีคุณหรือมีธรรมที่สูงกว่านั้นอันไม่มีสิ่งอื่นยิ่งกว่าก็ให้รู้ หรือว่าจิตไม่ยิ่ง จิตไม่มีธรรมที่ยิ่งก็ให้รู้ จิตเป็นสมาธิตั้งมั่นก็ให้รู้ จิตไม่เป็นสมาธิตั้งมั่นก็ให้รู้ จิตวิมุตติหลุดพ้นก็ให้รู้ จิตไม่วิมุตติหลุดพ้นก็ให้รู้ คือจิตเป็นอย่างไรก็ให้รู้อย่างนั้น

การตั้งสติกำหนดพิจารณาจิตดังนี้เป็นการที่ดูเข้ามาให้รู้จิตของตนเองว่าเป็นอย่างไร ว่าถึงปรกติวิสัยของบุคคลมักจะไม่ดูเข้ามา แต่ว่าดูออกไป ดังจะพึงเห็นว่าตาสองข้างของทุก ๆ คนนี้ก็สำหรับที่จะดูออกไป ไม่ใช่ดูเข้ามา จะดูให้เห็นหน้าของตนเองนั้นไม่ได้ จึงไม่รู้จักหน้าของตนเองว่าเป็นอย่างไร แต่ว่ารู้จักหน้าของคนอื่นว่าเป็นอย่างนั้นอย่างนี้ ส่วนสตินั้นพร้อมทั้งญาณคือปัญญาดูเข้ามาได้ให้เห็นได้ แต่แม้เช่นนั้นก็มักจะไม่ใช้ดูเข้ามา มักจะใช้ดูออกไปเช่นเดียวกัน จึงมักจะเห็นคนอื่นว่าคนนั้นเขาโลภจัดโกรธจัดหลงจัด คนนี้เขาไม่เป็นดังนั้น ดังนี้เป็นต้น การดูออกไปดังนี้ ทางพระพุทธศาสนาเรียกว่าเป็นการดูออกไป บางทีก็เป็นการเพ่งโทษของผู้

อื่นซึ่งเรียกว่าเป็นกำลังของคนพาล **อุชฺฌตฺติพลา พาลา** คนพาลทั้งหลายมีการเพ่งโทษผู้อื่น คือ เมื่อดูออกไปเป็นกำลัง แต่ว่าการดูเข้ามานี้เป็นกำลังของบัณฑิต **นิชฺฌตฺติพลา ปณฺฑิตา** บัณฑิตทั้งหลายมีการดูเข้ามาเพ่งเข้ามาเป็นกำลัง ดังนี้

เพราะฉะนั้น สติที่พิจารณาจิตนี้จึงเป็นการดูเข้ามาให้รู้ว่าจิตของตนเองโลภโกรธหลง หรือว่าไม่โลภไม่โกรธไม่หลง จิตของตนเองหดหู่หรือว่าฟุ้งซ่าน จิตของตนเองกว้างใหญ่หรือว่าไม่กว้างใหญ่ คือว่าคับแคบ จิตของตนเองยิ่งหรือไม่ยิ่ง หรือว่ายิ่งจนถึงเป็นอย่างเยี่ยม จิตของตนเองเป็นสมาธิตั้งมั่นหรือไม่ตั้งมั่น จิตของตนเองหลุดพ้นหรือไม่หลุดพ้น ข้องเกี่ยวหรือไม่ข้องเกี่ยว เมื่อดูเข้ามาดังนี้แล้วก็จะสงบจากการเพ่งโทษออกไปข้างนอก แต่จะพบสัจจะคือความจริงในจิตใจของตนเองว่าเป็นอย่างไร และเมื่อเป็นดังนี้แล้วถ้าจิตกำลังมีราคะหรือโลภะโทสะโมหะเมื่อเพ่งดูเข้ามาแล้ว ราคะหรือโลภะโทสะโมหะในจิตก็จะสงบลง จิตก็จะปลอดโปร่งขึ้นจากราคะโลภะโทสะหรือโมหะเป็นจิตสงบ และอาการที่หดหู่หรือฟุ้งซ่านเพราะอำนาจของโลภโกรธหลงนั้นก็จะหายไป อาการที่คับแคบเพราะความโลภความโกรธความหลงก็จะหายไป ปรากฏเป็นอาการที่กว้างใหญ่ และภูมิของจิตก็จะยิ่งคือจะสูงขึ้นจนเยี่ยมในที่สุด และเมื่อดูเข้ามาดังนี้พบกับความสงบดังกล่าวแล้ว จิตก็จะตั้งมั่นเป็นสมาธิขึ้นและก็หลุดพ้นจากเครื่องข้องเกี่ยวทั้งหลายตามภูมิตามชั้น อย่างน้อยก็ทำให้จิตพ้นจากความกลุ้มกลัดทั้งหลาย ยกจิตขึ้นมาอยู่เหนือความกลุ้มกลัดได้เป็นจิตที่ปลอดโปร่งแจ่มใส

๒๔ กันยายน ๒๕๑๘

ครั้งที่ ๓๘ อุปสมานุสสติ ขั้นวิมุตติ

นิพพาน

ในเบื้องต้นก็ขอชักชวนให้ทุก ๆ ท่านเจริญอนุสสติข้อหนึ่ง คืออุปสมานุสสติ ความระลึกถึงอุปสมะ คือธรรมเป็นที่เข้าไปสงบรำงับ หรือความสงบรำงับ "อุปสมะ" นี้มีหลายระดับหลายชั้น ตั้งต้นแต่ความสงบรำงับในขั้นศีล ขั้นสมาธิ ขั้นปัญญา จนถึงขั้นวิมุตติ คือความหลุดพ้น ซึ่งเป็นไปตามขั้นตามชั้นของการปฏิบัติ และย่อมมีลักษณะที่พึงระลึกถึงอันจะพึงกำหนดได้ที่จิตใจนี้เอง จึงถอนความเมา กำจัดความกระหาย ถอนความอาลัย ตัดวัฏฏะ คือความหมุนวนแห่งจิตใจด้วยอำนาจของกิเลส กรรม และวิบาก สิ้นตัณหาคือความดิ้นรนทะยานอยาก สิ้นความติดใจยินดี และออกจากเครื่องเสียบแทงใจ ลักษณะเหล่านี้เมื่อปฏิบัติอยู่ในศีล สมาธิ ปัญญา ตามคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า ย่อมจะได้พบได้ประสบความสงบรำงับซึ่งมีลักษณะเป็นการถอนความเมาเป็นต้นดังที่กล่าวมาแล้ว และเมื่อได้ถอนความเมาเป็นต้นของจิตใจออกเสียได้ในขั้นใด ก็ย่อมจะเป็นวิมุตติความหลุดพ้นในขั้นนั้น เป็นวิมุตติในขั้นศีลก็ได้ ในขั้นสมาธิก็ได้ ในขั้นปัญญาก็ได้ ที่ว่าในขั้นเหล่านี้ก็หมายความว่า เป็นผลของศีล สมาธิ ปัญญา โดยลำดับ อีกอย่างหนึ่งอาจกล่าวว่า เป็นผลของศีล สมาธิ ปัญญา ที่เป็นมรรคสมังคี ความพร้อมเพรียงกันของมรรค คือความพร้อมเพรียงกันของศีล สมาธิ ปัญญาประกอบกันก็ได้ และบรรดาลักษณะเหล่านี้ย่อมรวมอยู่ในลักษณะที่สำคัญได้แก่ลักษณะที่ระบุในคำว่า **"นิพพาน"**

นวโลกุตตรธรรม

คำว่า **"นิพพาน"** นี้ เป็นคำที่ผู้นับถือพระพุทธศาสนาได้ยินได้ฟังกันอยู่เสมอ และก็เป็นที่ปรารถนาต้องการของผู้มุ่งจะพ้นทุกข์ตามคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า จนถึงเมื่อได้บำเพ็ญบุญกุศลอย่างใดอย่างหนึ่ง ก็มีนิยมอธิษฐานใจกันมาตั้งแต่โบราณกาลว่า **นิพพานปัจจโย โหตุ** จงเป็นปัจจัยคือเป็นเหตุแห่งนิพพาน คือเป็นปัจจัยให้บรรลุถึงนิพพาน ดั่งนี้ ความอธิษฐานจิตดั่งนี้ถือว่าเป็นการอธิษฐานจิตที่สูงยิ่งกว่าอธิษฐานให้เป็นเหตุแห่งมนุษย์สมบัติ สวรรค์สมบัติต่าง ๆ เพราะว่าสมบัติอื่นทั้งปวงนั้นให้ถึงความพ้นทุกข์ไม่ได้ แต่ "นิพพานสมบัติ" สมบัติคือนิพพานให้ถึงความพ้นทุกข์ได้ดั่งนี้ และนิพพานนี้เป็นที่พึงบรรลุสูงสุดในพระพุทธศาสนา ดังที่มีแสดงไว้ว่า มรรค ผล นิพพาน มรรคสี่ ผลสี่ นิพพานหนึ่ง เป็นเก้า เรียกว่า **นวโลกุตตรธรรม** ธรรมที่ข้ามขึ้นจากโลก คือพ้นโลกเก้าประการ เมื่อเป็นดั่งนี้ จึงเป็นที่เข้าใจกันว่า นิพพานเป็นธรรมสุดเอื้อมกันอยู่โดยมาก คือหมายความว่า ไม่อาจจะบรรลุถึงได้ แต่ว่าความเข้าใจดั่งนี้ยังไม่ถูกตรงตามที่ควรจะเข้าใจ เพราะว่าตามที่ควรจะเข้าใจนั้น ผลที่พึงบรรลุทุกอย่างไม่ว่าจะเป็นขั้นไหน เมื่อยังไม่ถึงขั้นที่จะพึงบรรลุ

ก็เป็นการสุดเอื้อมทั้งนั้น บรรลุไม่ได้ทั้งนั้น แต่ว่าเมื่อถึงขั้นแล้ว ก็เป็นสิ่งที่จะพึงบรรลุได้ และนิพพานนี้ตามหลักธรรมที่ท่านแสดงไว้ก็เป็นธรรมที่พึงบรรลุได้ ไม่ใช่บรรลุไม่ได้ จึงมีคำกล่าวว่า "บรรลุนิพพาน" "ถึงนิพพาน" ดั่งนี้

นิพพานเป็นอายตนะ

มีคำกล่าวว่า นิพพานเป็นอายตนะ คือเป็นที่ต่อหรือว่าต่อได้ คือบรรลุได้เหมือนอย่างที่เรียกอายตนะภายในหก อายตนะภายนอกหก อายตนะภายในหก ก็คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และมนะคือใจ อายตนะภายนอกหก ก็คือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ และธรรมคือเรื่องราว อายตนะภายในภายนอกนี้เป็นคู่กัน ตาคู่กับรูป หูคู่กับเสียง จมูกคู่กับกลิ่น ลิ้นคู่กับรส กายคู่กับโผฏฐัพพะ มนะคือใจคู่กับธรรมคือเรื่องราว และเมื่อต่อให้ถูกคู่กันแล้วก็ต่อกันได้ เมื่อตาต่อกับรูป ก็ต่อกันได้คือเห็นรูปได้ แต่ว่าถ้าต่อกันไม่ถูกคู่ก็ต่อกันไม่ได้ เช่นว่าจะใช้หูดูรูป ใช้ตาฟังเสียง ก็ไม่ได้ แต่เมื่อต่อกันถูกคู่แล้วก็ต่อกันได้คือบรรลุได้ บรรลุการเห็นรูปการได้ยินเสียงได้ดั่งนี้เป็นต้น

นิพพานก็เป็นอายตนะอย่างหนึ่งซึ่งต่อได้กับจิตโดยตรง จิตที่อบรมแล้วด้วยศีล สมาธิ ปัญญาโดยลำดับเป็นสุภาวิตจิตตะ คือจิตที่อบรมดีแล้วจนบรรลุมรรค บรรลุผล จิตนี้ก็บรรลุนิพพาน ดังที่มีแสดงว่า จิตถึงวิสังขารคือนิพพานอันเป็นธรรมที่ปราศจากสังขาร ความปรุงแต่ง เครื่องปรุงแต่งทั้งปวง บรรลุถึงความสิ้นตัณหาทั้งหลายแล้วดั่งนี้

นิพพานเป็นความสิ้นกิเลส

เพราะฉะนั้น เมื่อการปฏิบัติถึงขั้นแล้ว จิตที่อบรมดีแล้วด้วยการปฏิบัติจึงต่อนิพพานได้ คือบรรลุนิพพานได้ดั่งนี้ จึงได้มีการแสดงลักษณะของนิพพานอันพอเป็นเครื่องชี้ให้เข้าใจด้วยพระพุทธภาษิตต่าง ๆ อีกหลายแห่งว่า ธรรมเป็นที่สิ้นราคะ โทสะ โมหะ ชื่อว่านิพพาน ดังนี้ก็มีอันหมายถึงว่า นิพพานนั้นก็คือธรรม เป็นที่สิ้นกิเลสนี้เอง ปฏิบัติให้สิ้นกิเลสได้เมื่อใดก็บรรลุนิพพานเมื่อนั้น หรือว่ากล่าวให้เข้าใจว่า นิพพานนั้นก็อยู่ตรงที่สิ้นกิเลสนั้นเอง อีกอย่างหนึ่งก็ยกกรรมขึ้นเป็นที่ตั้ง เพราะเมื่อสิ้นกิเลสก็สิ้นกรรม ตรงที่สิ้นกรรมนั้นก็คือนิพพาน อีกอย่างหนึ่งก็ยกเอาวิบากคือผลขึ้นเป็นที่ตั้ง สิ้นวิบากคือนับตั้งแต่สิ้นเกิด สิ้นแก่ สิ้นตาย ตรงที่สิ้นวิบากนับตั้งแต่เกิด แก่ตายนี้ก็คือนิพพาน

คราวนี้เมื่อมาพิจารณาดูอีกว่า อันกิเลสก็มีมากมายยากที่จะสิ้นได้ เมื่อใดจะสิ้นกิเลส หรือไม่อาจจะทำให้สิ้นกิเลสได้ ถ้าคิดดั่งนี้ก็ไม่ตรงกับหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาอีกเช่นเดียวกัน เพราะว่าตามหลักธรรมในพระพุทธศาสนานั้น แสดงว่าจิตนี้อันจะเป็นที่ต่อนิพพานบรรลุนิพพานได้นั้น

เป็นธรรมชาติปภัสสรคือผุดผ่อง แต่ว่าเศร้าหมองไปเพราะกิเลสที่จรเข้ามาอันเรียกในที่นี้ว่าอุปกิเลส กิเลสจึงเป็นเหมือนอย่างแขกที่จรเข้ามาอาศัย ไม่ใช่เป็นเนื้อแท้ของจิต ถ้ากิเลสเป็นเนื้อแท้ของจิต แล้วก็ไม่สามารถจะละได้ แต่ว่าเพราะกิเลสไม่ใช่เป็นเนื้อแท้ของจิต แต่ว่าเป็นเครื่องที่จรเข้ามา จรเข้ามาทำให้เศร้าหมอง จึงเรียกว่าอุปกิเลส อุปแปลว่า เข้ามาหรือเข้าไป กิเลสก็เศร้าหมอง คือสิ่งที่เข้ามาทำให้เศร้าหมอง หรือเข้าไปทำให้เศร้าหมอง ก็ทำจิตนี้เองให้เศร้าหมอง เพราะฉะนั้น จึงสามารถที่จะชำระได้ จึงได้มีแสดงว่า จิตนี้หลุดพ้นแล้วจากเครื่องที่จรเข้ามาทำให้เศร้าหมอง ดั่งนี้ เพราะฉะนั้นจึงสามารถที่จะชำระจิตใจให้หลุดพ้นจากกิเลสบรรลุถึงนิพพานได้ ไม่ใช่ว่าทำไม่ได้ แต่ว่าจะทำได้ยากหรือง่าย จะบรรลุได้เร็วหรือช้าอย่างไรนั้นก็สุดแต่การปฏิบัติ เมื่อการปฏิบัตินั้นเป็นการปฏิบัติดี เป็นการปฏิบัติตรง เป็นการปฏิบัติถูก เป็นการปฏิบัติชอบ ตามหลักสังฆคุณทั้งสี่ว่า "สุปฏิปนฺโน อุชุปฏิปนฺโน ญายปฏิปนฺโน สามีจิปฏิปนฺโน" แล้ว การปฏิบัติที่ดีที่ตรง ที่ถูกที่ชอบนี้ ก็จะนำไปให้บรรลุถึงได้เร็วกว่าการปฏิบัติที่ตรงกันข้าม แต่ว่าการปฏิบัตินั้นก็พึงเป็นไปโดยลำดับ ไม่จำเป็นที่จะต้องเร่งรัดด้วยตัณหาอันเป็นความดิ้นรนทะยานอยาก ถ้าเป็นการปฏิบัติด้วยตัณหาแล้ว ตัณหานี้ก็เป็นเครื่องกั้นอีกไม่ให้บรรลุถึงได้ เหมือนอย่างท่านพระอานนท์เถระที่มีแสดงไว้ว่า แรกเมื่อพระพุทธเจ้านิพพานนั้น ท่านยังเป็นพระเสขบุคคล ที่ท่านแสดงว่า เป็นพระโสดาบัน ยังมิได้เป็นพระอรหันต์ แต่ว่าพระเถระที่พระมหากัสสปได้เลือกทำปฐมสังคายนานั้น องค์อื่น ๆ ล้วนเป็นพระอรหันต์ทั้งนั้น แต่ท่านเลือกท่านพระอานนท์เข้าร่วมด้วย ก็เพราะเป็นผู้ทรงพระธรรมอันจะขาดเสียมิได้ ก่อนที่จะถึงวันทำสังคายนาครั้งแรก ท่านพระมหากัสสปจึงได้เตือนพระอานนท์ให้มีความไม่ประมาท กระทำความเพียร ท่านพระอานนท์จึงได้กระทำความเพียรเป็นอย่างยิ่ง แต่ก็ยังไม่ได้ไม่ถึง คราวนี้ท่านจึงปรารภว่าจะพัก ก็เริ่มเอนกายลงที่จะพัก ในประวัติแสดงว่าท่านได้บรรลุอรหัตตมรรคอรหัตตผลในอิริยาบถที่กำลังเอนกายนั้น อันเรียกว่าอยู่ในระหว่างอิริยาบถทั้งสี่ ไม่ใช่นอน ไม่ใช่นั่ง ไม่ใช่ยืน ไม่ใช่เดิน ผู้ปฏิบัติธรรมได้พิจารณาเห็นว่า ก็เพราะในระหว่างที่ท่านเอนกายลงนั้น ท่านปล่อยวางใจ และธรรมปฏิบัติของท่านถึงขั้นแล้ว ในขณะที่ท่านเร่งความเพียร ก็แสดงว่ายังประกอบด้วยตัณหาคือความดิ้นรนทะยานอยาก ตัณหานี้เองจึงยังกั้นเอาไว้ ยังไม่ให้บรรลุ แต่ครั้นวางใจลงว่าจะพักจึงบรรลุขณะที่ปล่อยวางนั้นเองดั่งนี้

เพราะฉะนั้น แม้จะมีคำแสดงว่า "ให้อาศัยตัณหาเพื่อละตัณหาเสีย" แต่ก็จะต้องละตัณหาจึงจะบรรลุได้ ฉะนั้น จึงควรปฏิบัติไปโดยลำดับ และเมื่อได้ป่ายหน้าไปสู่นิพพาน แม้จะยังห่างนิพพานเพียงใดก็ตาม ก็ชื่อว่าได้ป่ายหน้าไปถูกทางแล้ว การเดินไปทีละก้าวก็ชื่อว่าได้เป็นการปฏิบัติใกล้นิพพานเข้าไปทุกที แต่ว่าถ้าป่ายหน้าไปคนละทางกับนิพพาน การปฏิบัติก็ชื่อว่าเป็นการปฏิบัติไม่ตรงต่อทางนิพพาน ก็จะห่างนิพพานไปทุกทีเช่นเดียวกัน และทุก ๆ คนผู้ปฏิบัติธรรมในพระพุทธศาสนา แม้จะยังไม่ประสงค์นิพพานอันเป็นที่สุด แต่ก็ไม่ต้องกลัวว่าจะรีบบรรลุนิพพานเสีย

เพราะว่าอันกิเลสที่มีอยู่อันเป็นส่วนอาสวอนุสัยนอนจมหมักหมมอยู่ในจิตสันดานของคนทั้งปวงนั้น กล่าวได้ว่ามีอยู่มากมายนักหนา จึงได้เรียกว่า ปุถุชนะ หรือปุถุชน คือคนที่มีกิเลสหนาแน่น ถ้าหากว่าจะเปรียบเทียบก็เหมือนอย่างกองใหญ่โตเป็นภูเขาเลากา การปฏิบัติธรรมแต่ละครั้งแม้จะปฏิบัติในระดับที่เรียกว่าเป็นธรรมขั้นสูง สมถะ วิปัสสนา ก็คล้าย ๆ กับว่าเอาผ้าไปปัดภูเขานั้นครั้งหนึ่ง ๆ จะทำให้ภูเขาหินนั้นกร่อนลงไปได้สักเพียงเท่าใด จะปัดสักกี่ทีภูเขานั้นจะหมดไป สิ้นไปจนถึงเรียบราบเสมอพื้นแผ่นดิน เพราะฉะนั้น ทุกคนจึงไม่ต้องกลัวว่ากิเลสจะหมด แต่ว่าควรจะกลัวกิเลสจะเพิ่มขึ้นกิเลสจะมากขึ้นมากกว่า และทุกคนก็ควรจะปฏิบัติมุ่งนิพพานดังคติโบราณที่ได้กล่าวมาข้างต้นว่า นิพพานปัจจโย โหตุ เมื่อเป็นดั่งนี้แล้วก็ชื่อว่า ได้ปฏิบัติป่ายหน้าไปสู่นิพพาน เป็นการหันหน้าไปถูกทิศทาง เมื่อหันหน้าไปถูกทิศทางแล้ว แม้จะอยู่ห่างไกลเท่าใด การที่ก้าวเดินไปทีละก้าวก็ชื่อว่าใกล้นิพพานดังกล่าวมาข้างต้นนั้น นึกดูถึงว่าการเดินทางเช่นว่าจะมาวัดนี้ ก็จะต้องป่ายหน้ามาสู่วัดนี้ตั้งแต่ออกจากบ้านจึงจะถึงวัดนี้ได้ จึงจะมาประชุมกันอยู่ในที่นี้ได้ ถ้าหากว่าป่ายหน้าไปเสียทางอื่นแล้ว ก็จะมาถึงวัดนี้ มาประชุมในที่นี้ไม่ได้ ใครที่อยู่ใกล้ก็จะถึงเร็วกว่า ใครที่อยู่ไกลก็จะถึงช้ากว่า แต่ว่าแม้อยู่ใกล้ถ้าไม่มาหรือป่ายหน้าไปเสียทางอื่น ก็ย่อมมาไม่ถึงอยู่นั่นเอง แม้จะอยู่ไกลเท่าไร อยู่เมืองนอกเมืองนาห่างไกลกันเท่าไร เมื่อจะมาก็ต้องป่ายหน้ามาถูกทิศทางแล้ว จึงจะมาถึงได้ และก็ต้องถึงได้ในที่สุด ฉะนั้นการตั้งความปรารถนาเพื่อบรรลุนิพพาน ปฏิบัติธรรมของพระพุทธเจ้าจึงเป็นการตั้งความปรารถนาที่ถูก แล้วไม่ต้องกลัวว่าจะรีบบรรลุนิพพาน

ความระลึกถึงนิพพาน

อีกอย่างหนึ่ง การป่ายหน้าสู่นิพพานนั้นเท่ากับเป็นการหันหลังให้กิเลส คือหันหลังให้ราคะ โทสะ โมหะ ให้ตัณหาคือความดิ้นรนทะยานอยากเป็นต้น แต่ถ้าหากว่าป่ายหน้าไปในทางตรงกันข้าม ก็ชื่อว่าป่ายหน้าไปสู่กิเลสแต่หันหลังให้นิพพาน เมื่อป่ายหน้าไปสู่กิเลส ดำเนินไปตามทางของกิเลส ไปหากิเลส ก็ย่อมจะร้อน ใกล้กิเลสเท่าไหร่ก็ร้อนเท่านั้น แต่หากว่าถ้าป่ายหน้าไปสู่นิพพานเป็นการป่ายหน้าไปสู่ความเย็น หันหลังให้กิเลส และเมื่อดำเนินปฏิบัติไปก็จะห่างกิเลสเข้าทุกที ใกล้นิพพานเข้าไปเท่านั้น ก็จะพบความเย็นยิ่งขึ้น เพราะฉะนั้นการปฏิบัติที่หันหลังให้กิเลสแต่ป่ายหน้าไปสู่นิพพานอันเป็นความเย็นนี้ จึงเป็นไปเพื่อความสงบระงับเพื่อความสุขเพียงส่วนเดียว แม้จะยังไกลอยู่ก็ตาม ก็เป็นอันว่าได้มองเห็นแสงของความสงบ ความเย็น ของความสุขขึ้นไปโดยลำดับ ฉะนั้น ความระลึกถึงนิพพานแม้โดยปริยายดังกล่าวมานี้ก็จะทำให้จิตใจพบกับความสงบ ความสุข จะทำให้เกิดความอุตสาหะ ขวนขวายในการปฏิบัติดี ปฏิบัติชอบยิ่ง ๆ ขึ้น

๑๔ ธันวาคม ๒๕๑๘

ครั้งที่ ๓๘ อุปสมานุสสติ ขั้นวิมุตติ

นิพพาน

ความระลึกถึงนิพพานนับเข้าในอนุสสติข้อว่า อุปสมานุสสติ แม้ว่าจะอยู่ไม่บรรลุถึงนิพพาน ยังไม่พบนิพพานด้วยตนเองว่าเป็นอย่างไร ก็อาจระลึกถึงได้ ฉะนั้น ท่านจึงสอนให้ระลึกถึง ถ้าระลึกถึงไม่ได้ ท่านก็จะไม่สอนให้ระลึกถึง แต่ว่าการระลึกถึงในสิ่งที่ตนเองยังไม่ได้ไม่ถึง ยังไม่รู้ไม่เห็นแจ้งจริงด้วยตนเองนั้นก็อาจทำได้ด้วยอาศัยความรู้ของท่านผู้ที่รู้ที่ได้แสดงสั่งสอนไว้ คือได้อาศัยคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าที่เป็นเครื่องแสดงชี้เอาไว้ และก็พิจารณาตรองไปตามเหตุและผล ก็จะทำให้พอสังเกตลักษณะแห่งนิพพานตามที่ตรัสแสดงไว้ได้

อันการระลึกถึงเรื่องที่ตนยังไม่ได้ไม่ถึง ไม่รู้ไม่เห็นด้วยตนเองนั้น ย่อมมีอยู่เป็นอันมากแก่ทุก ๆ คน ฉะนั้นทุกคนจึงต้องมีการเรียนวิชา ตั้งต้นแต่เรียนจากมารดาบิดาในฐานะเป็นบูรพาจารย์ เรียนจากครูอาจารย์สืบต่อมา ในทางพระศาสนาก็เรียนจากพระพุทธเจ้าซึ่งเป็นผู้ตรัสรู้ สิ่งที่เรียนเหล่านี้มีเป็นอันมากที่นักเรียนนักศึกษาไม่ได้ไม่ถึง ไม่รู้ไม่เห็นด้วยตนเอง แต่ก็อาจจะพิจารณาตรึกตรองไปตามอาการตามลักษณะ ก็จะพอให้บังเกิดความเข้าใจได้บ้าง เรื่องนิพพานที่แสดงมาก็เป็นเช่นนั้น แสดงตามพระธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าประกอบการตรึกตรองพิจารณาไปตามลักษณะอาการ อันทำให้เข้าใจได้โดยลักษณะอาการเป็นต้นดังกล่าว

โมกขธรรม – นิพพาน – วิมุตติ

อีกอย่างหนึ่ง ทำให้เข้าใจได้โดยเทียบเคียงกับสิ่งที่มีอยู่อันเป็นด้านหนึ่ง และเทียบเคียงถึงนิพพานอันมีลักษณะอีกด้านหนึ่งอันตรงกันข้าม ในข้อนี้พระสัมมาสัมพุทธเจ้าเมื่อเป็นพระโพธิสัตว์ก็ได้ทรงพิจารณาเทียบเคียงดูแล้ว ดังที่ท่านแสดงว่า พระสิทธัตถะราชกุมารได้ทอดพระเนตรเห็นคนแก่ คนเจ็บ คนตาย และสมณะ ที่ท่านเรียกว่า เทวทูต แสดงโดยบุคคลาธิษฐาน ท่านก็แสดงกันมาว่า เทพยดามาเนรมิตไว้ให้ทรงเห็น แต่ว่าจะเป็นเทพยดามาเนรมิต หรือว่าจะเป็นคนแก่ คนเจ็บ คนตาย เป็นสมณะ ที่เป็นมนุษย์นี่แหละ ได้ทรงเห็นคนแก่ คนเจ็บ คนตาย และสมณะจริง ๆ ก็ตาม ความสำคัญย่อมอยู่ที่ว่า เมื่อได้ทรงเห็นแล้ว ได้ทรงพิจารณาน้อมเข้ามาว่า บุคคลเกิดมาก็ต้องแก่ ต้องเจ็บ ต้องตาย ไม่มีใครจะพ้นไปได้ แม้พระองค์เองก็ต้องเป็นเช่นนี้ จะทรงดำรงอยู่ในฐานะใดก็ตาม คือในฐานะเป็นองค์รัชทายาท หรือต่อไปจะทรงเป็นพระราชาผู้ปกครอง หรือแม้จะทรงเป็นพระเจ้าจักรพรรดิ์ตามคำทำนายที่พราหมณ์ผู้ดูลักษณะได้ทำนายไว้เมื่อแรกประสูติก็ตาม ก็จะต้องทรงแก่ ทรงเจ็บ ทรงตาย ไม่พ้นไปได้ ฉะนั้นจึงได้ทรงเห็นทุกข์ และทรงปรารถนาที่จะพ้นทุกข์อันเรียกว่าโมกขธรรม คือทรงปรารถนา

โมกขธรรม ธรรมเป็นเครื่องหลุดพ้น โดยตรงก็คือทรงปรารถนาที่จะพ้นทุกข์ พ้นชราทุกข์ พยาธิทุกข์ มรณทุกข์ นั้นเอง และก็ทรงพิจารณาเห็นว่า เมื่อมีแก่ มีเจ็บ มีตาย ก็จะต้องมีไม่แก่ ไม่เจ็บ ไม่ตาย อันตรงกันข้าม ความไม่แก่ ไม่เจ็บ ไม่ตาย หรือธรรมที่ทำให้ไม่แก่ ไม่เจ็บ ไม่ตายนี้แหละคือโมกขธรรม ทรงเห็นว่า ธรรมดาของโลกคือของธรรมชาติ เมื่อมีมืดก็มีสว่าง มีร้อนก็มีเย็นเป็นเครื่องแก้กันฉันใด เมื่อมีแก่ มีเจ็บ มีตาย ก็ต้องมีไม่แก่ ไม่เจ็บ ไม่ตาย ฉันนั้น นี้แหละคือโมกขธรรม

ทรงสันนิษฐานโดยเทียบเคียงดังนี้ ความระลึกของพระองค์ดั่งนี้ก็เรียกว่าเป็นอุปสมานุสสติ ระลึกถึงนิพพานอันเป็นที่เข้าไปสงบทุกข์ทั้งปวงอย่างหนึ่ง แม้จะยังไม่ได้ไม่ถึง ไม่รู้ไม่เห็นนิพพานอันเรียกว่าโมกขธรรมนั้นก็ตาม แต่ก็พึงระลึกถึงโดยเทียบเคียงกับสิ่งที่ตรงกันข้าม แก่ เจ็บ ตายนั้น ก็รู้อยู่ ก็เห็นอยู่ ทรงเห็นแก่ เห็นเจ็บ เห็นตาย นี่แหละ คือทรงเห็นเทวทูต แม้จะเคยเห็นคนแก่ คนเจ็บ คนตายมาก่อนสักกี่ครั้งกี่คราวก็ตาม แต่ว่าไม่เห็นด้วยตาปัญญาเหมือนอย่างที่ทรงเห็นในคราวที่จะเสด็จออกทรงผนวชนั้น ก็ยังไม่ชื่อว่าเห็นเทวทูต แต่เมื่อเห็นแก่ เห็นเจ็บ เห็นตาย ด้วยตาปัญญาคือน้อมเข้ามารู้ด้วยปัญญาที่ใจจนเกิดความสังเวช นี้แหละคือเห็นเทวทูต จะเป็นเทวดาเนรมิตไว้ข้างนอก หรือว่าจะเป็นคนแก่ คนเจ็บ คนตาย จริง ๆ นั้นไม่สำคัญ สำคัญอยู่ที่ว่าเห็นที่ใจด้วยปัญญา เรียกว่าเห็นทุกข์ จึงได้เทียบเคียงไปถึงด้านที่ตรงกันข้าม คือ ที่ไม่แก่ ไม่เจ็บ ไม่ตายดังกล่าว

ฉะนั้น แม้ความระลึกถึงได้ดั่งนี้ก็เป็นอุปสมานุสสติย่อมจะเป็นประโยชน์ และก็เป็นประโยชน์จริง ๆ เพราะว่าเป็นเหตุให้พระองค์ทรงละฆราวาสสมบัติ แม้แต่จักรพรรดิสมบัติทั้งสิ้นเสด็จออกทรงผนวช และทรงแสวงหาโมกขธรรมคือนิพพานนั้น จนทรงบรรลุถึงโมกขธรรมในที่สุด ซึ่งโมกขธรรมนั้นก็เป็นอมตะ คือธรรมที่ไม่ตาย กล่าวรวมกันว่า ไม่แก่ ไม่เจ็บ ไม่ตาย นั้นเอง แม้ว่าเมื่อทรงบรรลุเข้าจริง ๆ ธรรมข้อนี้จะมีลักษณะพิเศษลึกซึ้งประการใดก็ตาม แต่ว่าก็ย่อมอยู่ในลักษณะที่จะพึงพูดหมายให้เข้าใจกันได้ก็คือว่า ไม่แก่ ไม่เจ็บ ไม่ตาย หรือที่เรียกว่าอมตธรรม หรือโมกขธรรมนั่นแหละ ถ้าหากว่าไม่ได้ทรงมีอุปสมานุสสติในข้อนี้แล้วก็จะไม่ทรงผนวช เพราะไม่มีอะไรจะชักจูงให้เสด็จออกทรงผนวชได้ ฉะนั้น จะว่ายังไม่ได้ไม่ถึงแล้วนึกไม่ได้ อาจจะนึกได้แม้อาศัยความเทียบเคียงกับสิ่งที่มีอยู่ไปถึงสิ่งที่ตรงกันข้าม ดังที่พระโพธิสัตว์ได้ทรงระลึกถึงนี้ และในธรรมคำสั่งสอนของพระองค์ที่แสดงลักษณะต่าง ๆ อันจะพึงระลึกตามไปได้นั้นก็มีอยู่เป็นอันมาก เป็นต้นว่า ได้ทรงแสดงไว้ว่า น้ำทั้งสิ้นในมหาสมุทรมีรสเป็นอันเดียวกัน คือมีความเค็มเป็นรสฉันใด ธรรมคือคำสั่งสอนของพระองค์ทุกข้อทุกบทก็มีรสเป็นอันเดียวกันฉันนั้น คือว่ามีวิมุตติ ความหลุดพ้นเป็นรส ในที่นี้ก็หมายถึงนิพพานนี้เอง

ฉะนั้น ธรรมที่ทรงสั่งสอนไว้ทุกข้อทุกบท ไม่ว่าจะเป็นขั้นศีล หรือขั้นสมาธิ หรือขั้นปัญญา ขั้นใดขั้นหนึ่งทุกข้อ ทุกบท ย่อมมุ่งวิมุตติคือความหลุดพ้นจากกิเลสและกองทุกข์ มุ่งนิพพานทั้งนั้น ฉะนั้น เมื่อปฏิบัติตามพระธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธองค์ ไม่ว่าจะข้อใดก็ชื่อว่าเป็นการปฏิบัติเพื่อวิมุตติ หรือว่าเพื่อนิพพาน คือเพื่อดับกิเลสและกองทุกข์ ไม่มีธรรมสักข้อหนึ่งที่พระพุทธเจ้าจะทรงสั่งสอนให้ปฏิบัติเพื่อเพิ่มกิเลสเพิ่มกองทุกข์ มีแต่ตรัสสอนให้ลดให้ละกิเลสและกองทุกข์ทั้งนั้น เพราะฉะนั้น ธรรมทุกข้อทุกบทจึงเป็นไปเพื่อนิพพานและผู้ปฏิบัติธรรมทุกข้อทุกบทก็เป็นไปเพื่อนิพพานเช่นเดียวกัน นี้ในด้านคำสั่งสอน

โลกกับทุกข์

ในด้านเทียบเคียงดังกล่าวมาถึงตัวอย่างพระโพธิสัตว์ ก็อาจที่จะกล่าวเทียบเคียงได้อีกอย่างหนึ่งว่า ด้านโลก ด้านทุกข์หรือว่าด้านกิเลสนั้น ทุกคนก็อยู่กับโลก อยู่กับทุกข์ อยู่กับกิเลสก็ย่อมจะพิจารณารู้จักว่าโลกเป็นอย่างไร ทุกข์เป็นอย่างไร กิเลสเป็นอย่างไร อันโลกนั้น ตามศัพท์แปลว่า สิ่งที่ชำรุดทรุดโทรม สิ่งใดชำรุดทรุดโทรม สิ่งนั้นเป็นโลก และอีกอย่างหนึ่งคำว่าโลกอาจจะแปลว่า ปรากฏหรือสว่าง อันหมายความว่า ความชำรุดทรุดโทรมที่เป็นโลกนั้นไม่ใช่ว่าซ่อนเร้นแต่ว่าปรากฏ ไม่ใช่ว่าไม่ปรากฏ มองเห็นได้แม้ด้วยตา เพราะฉะนั้น ท่านจึงมีแสดงไว้ว่า สิ่งใดเป็นโลก สิ่งนั้นเป็นทุกข์ และทุกข์นั้นก็ไม่ใช่มีความหมายแคบ คือหมายเฉพาะที่เป็นทุกขเวทนา แต่ว่าหมายถึงทุกข์ทุกอย่าง ทุกข์ทุกสิ่ง ที่ดำรงอยู่คงที่ไม่ได้ต้องแปรปรวนเปลี่ยนแปลงไป สิ่งใดที่ดำรงอยู่ตั้งอยู่คงที่ไม่ได้ต้องแปรปรวนเปลี่ยนแปลงไป สิ่งนั้นเรียกว่าเป็นทุกข์ เพราะฉะนั้นโลกกับทุกข์มีลักษณะเป็นอย่างเดียวกัน และทุก ๆ คนอยู่ในโลกอยู่กับทุกข์ก็ย่อมจะพิจารณามองเห็นโลกว่าเป็นอย่างไร เห็นทุกข์ว่าเป็นอย่างไร อาจจะมองเห็นทุกข์เป็นต้นว่า ชาติทุกข์ ชราทุกข์ มรณทุกข์ ก็มองเห็นกัน หรือว่าทุกข์ทางใจ จะเป็นโศกะปริเทวะ เป็นต้น ก็รู้กันพบกัน ความประจวบกับสิ่งที่ไม่เป็นที่รัก หรือความพลัดพรากจากสิ่งที่เป็นที่รัก ก็รู้กันพบกัน ความปรารถนาไม่ได้สมหวังต่าง ๆ ก็พบกัน เคยพบความไม่เที่ยง ความแปรปรวนเปลี่ยนแปลง ความที่บังคับให้เป็นไปไม่ได้ตามปรารถนา ต้องละสิ่งทั้งปวงอยู่ด้วยกัน เพราะฉะนั้นจึงเรียกว่าได้เคยพบเคยประสบโลก ประสบทุกข์อยู่ด้วยกัน

กิเลสก็เหมือนกัน ทุกคนมีกิเลสก็รู้กันอยู่ว่า โลภะเป็นอย่างไร โทสะเป็นอย่างไร โมหะเป็นอย่างไร หรือว่าตัณหาความดิ้นรนทะยานอยากบังเกิดขึ้นแล้วเป็นอย่างไร เดือดร้อนอย่างไร ดังนี้เป็นต้นก็รู้กันอยู่ เพราะฉะนั้นก็พิจารณาโดยเทียบเคียงว่าโลกเป็นอย่างนี้ ทุกข์เป็นอย่างนี้ กิเลสเป็นอย่างนี้ อีกด้านหนึ่งที่ตรงกันข้าม **ที่ที่ไม่มีทุกข์ ไม่มีโลกที่มีลักษณะดังกล่าว ไม่มีกิเลสด้วยประการทั้งปวง นั่นแหละคือนิพพาน** และมาพิจารณาดูอีกว่า ใครคือผู้ที่ประสบโลก ประสบ

ทุกข์ ใครเป็นผู้ที่มีกิเลส พิจารณาดูตามความจริงและตามคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า ก็จะพบว่า จิตนี้เองเป็นสิ่งที่ประสบโลก ประสบทุกข์ เป็นสิ่งที่เป็นที่อาศัยของกิเลสหรือว่ามีกิเลส ที่ ๆ มีโลก มีทุกข์ มีกิเลส ก็คือจิตนี้เอง และที่ ๆ ไม่มีโลก ไม่มีทุกข์ ไม่มีกิเลส ก็ไม่ใช่สิ่งอื่นใด ก็คือจิตนี้เอง เพราะฉะนั้น จึงมีผู้บรรลุนิพพานได้คือจิต เช่นเดียวกับผู้ที่บรรลุทุกข์ บรรลุโลก บรรลุกิเลสหรือมีกิเลสคือจิตนี้เอง และทุกคนก็มีจิตอยู่ด้วยกัน และจิตนี้ตามที่ได้แสดงแล้วว่าตามหลักพระพุทธศาสนา สมเด็จพระบรมศาสดาตรัสว่าจิตนี้มีธรรมชาติปภัสสร คือผุดผ่อง แต่ว่าเศร้าหมองเพราะกิเลสที่จรเข้ามา จึงเรียกว่าอุปกิเลส ซึ่งต้องการจะแสดงความหมายว่า กิเลสนั้นเป็นตัวจรเข้ามา ไม่ใช่เป็นเนื้อหาของจิต ดังที่แสดงแล้ว เพราะฉะนั้นจึงสามารถปฏิบัติให้วิมุตติ คือให้จิตพ้นกิเลสได้ จิตที่พ้นกิเลสนี่แหละคือจิตที่บรรลุนิพพาน สิ้นกิเลส สิ้นราคะ โทสะ โมหะ สิ้นตัณหา นี่แหละคือบรรลุนิพพาน

วัฏฏะ ความวน

เมื่อสิ้นกิเลสก็สิ้นกรรม เมื่อสิ้นกรรมก็สิ้นวิบาก เพราะเหตุที่ยังมีกิเลสจึงต้องกระทำกรรม ต้องประสบวิบาก นี้เรียกว่าวัฏฏะคือความวน เพราะฉะนั้น ทางพระพุทธศาสนาจึงได้แสดงถึงสัจจะคือความจริงข้อนี้

สรุปรวมเข้ามาว่า ทุกคนวนอยู่ในวัฏฏะคือความวนสามอย่าง กิเลสวัฏฏะ วนคือกิเลส กรรมวัฏฏะ วนคือกรรม วิบากวัฏฏะ วนคือวิบาก และความวนนี้ย่อมมีอยู่อย่างเดียวกัน ในอดีตก็เป็นอย่างนี้ ในปัจจุบันก็เป็นอย่างนี้ ต่อไปในอนาคตก็จะเป็นอย่างนี้เหมือนอย่างล้อรถที่วิ่งไป ล้อรถที่วิ่งไปก็คือหมุนเป็นวงกลม หมุนไปรอบหนึ่งก็คือว่า คืบไปได้ตอนหนึ่งเท่ากับระยะรอบหนึ่งของล้อนั้น หมุนไปรอบที่สองก็ล้ออันนั้น รอบที่สามก็ล้ออันนั้น รอบที่สี่ก็ล้ออันนั้น ฉันใดก็ดี ในอดีตจะเกิดมาสักกี่ร้อยกี่พันกี่แสนกี่โกฏิกี่อสงไขยชาติก็ตาม ก็วัฏฏะสาม กิเลส กรรม วิบาก นั่นแหละหมุนไปทีละรอบ ในชีวิตปัจจุบันนี้ ชีวิตอันนี้สมมติว่ารอบหนึ่ง ก็วัฏฏะสามนี้ ในอนาคตก็วัฏฏะสามอันเดียวกันนี้นั่นเอง

อนมตัคคะ

ได้มีพระพุทธภาษิตตรัสไว้ว่า วัฏฏะหรือสังสารวัฏอันนี้เป็น **อนมตัคคะ** ที่แปลว่า มียอดคือปลายที่ไม่จำเป็นจะต้องตามไปรู้ คำว่ายอดหรือปลายนี้ก็หมายความว่า ตั้งต้นมาเมื่อไร ที่สัตว์บุคคลนี้เริ่มเกิดมาหรือว่าเริ่มวนมา และจะไปลงท้ายเมื่อไรคือจะจบสิ้นสุดลงเมื่อใด ไม่จำเป็นที่จะต้องตามไปรู้ เพราะว่าจะย้อนหลังไปในอดีตนานสักเท่าใด จะคืบไปในอนาคตนานเท่าใดก็ตาม หลักก็คือว่า วัฏฏะทั้งสาม กิเลส กรรม วิบาก อันนี้นี่เอง ไม่ใช่อื่นไกลที่ไหน จึงไม่

จำเป็นจะต้องตามไปรู้ว่าเกิดมากี่ชาติแล้ว และจะไปเกิดอีกกี่ชาติ รู้แล้วก็ไม่บังเกิดประโยชน์อะไร ไม่ทำให้สิ้นกิเลสและสิ้นกองทุกข์ได้อย่างไร เหมือนอย่างว่าฝนตกตั้งแต่ต้นมากี่ครั้งที่ไหนบ้าง ในอนาคตข้างหน้า ฝนจะตกอีกกี่ครั้งที่ไหนบ้าง ไม่จำเป็นที่จะต้องไปรู้ แต่ข้อที่ควรรู้นั้นก็คือ รู้เหตุและผล รู้เหตุและผลว่า ฝนตกเพราะอะไร ดังที่เมื่อครั้งโบราณก็แสดงว่าเทวดาให้ฝน ใน ปัจจุบันผู้รู้ทางวิทยาการรู้เหตุที่ฝนตกว่าเป็นอย่างนั้น ๆ และเมื่อจับเหตุและผลแล้ว ฝนจะตกมา ในอดีตนานเท่าใดก็ตาม จะตกในอนาคตอีกเท่าใดก็ตาม ก็อยู่ในเหตุผลอันเดียวกันนี้ และเมื่อ จับเหตุผลอันนี้ได้แล้ว สมมติว่าต้องการจะให้ฝนตกถ้าทำได้ ก็สร้างเหตุขึ้นให้ฝนตก ก็อาจจะ ทำให้ฝนตกได้ดั่งนี้ เพราะฉะนั้นจึงไม่จำเป็นที่จะต้องตามไปรู้รายละเอียดต่าง ๆ แต่ว่าให้รู้หลัก ซึ่งพระพุทธเจ้าได้ตรัสรู้ ได้พบหลักสัจจะคือความจริง สรุปเข้าในหลักของวัฏฏะทั้งสาม กิเลส–วัฏฏะ กรรมวัฏฏะ และวิบากวัฏฏะดังกล่าว

เมื่อมีกิเลส กิเลสก็เป็นเหตุให้ทำกรรม กรรมก็เป็นผลของกิเลส และกรรมก็เป็นเหตุ ส่งวิบากคือผล วิบากคือผลนั้นเล่าก็เป็นผลของกรรม และวิบากก็เป็นเหตุก่อกิเลสอีก เพราะ ฉะนั้น กิเลส กรรม วิบาก จึงวนกันเป็นวงกลม เหมือนอย่างล้อที่มีอยู่สามซี่ ก็หมุนไปอย่าง นี้นี่แหละ ทั้งในอดีต ในอนาคต ในปัจจุบันดังกล่าวมาแล้ว เมื่อพระพุทธเจ้าได้ตรัสรู้พบหลัก อันนี้แล้ว ความตรัสรู้ของพระองค์เป็นความรู้แจ่มแจ้งสว่างโพลงขึ้น ซึ่งตามหลักพระพุทธ–ศาสนาแสดงว่าอวิชชาคือความไม่รู้เป็นต้นเหตุของกิเลสทั้งหมด ส่วนวิชชา คือความรู้นั้นเมื่อ บังเกิดขึ้น อวิชชาคือความไม่รู้ก็ดับหายไป เหมือนเมื่อความสว่างบังเกิดขึ้น ความมืดก็ดับหาย ไป เพราะฉะนั้น กิเลสทั้งปวงจึงดับ โลภ โกรธ หลง หรือโลภะ โทสะ โมหะดับ ตัณหา ดับ กิเลสดับก็เป็นอันหักวัฏฏะ คือหักซี่ของวัฏฏะอันเป็นซี่สำคัญ เมื่อหักซี่ของวัฏฏะคือกิเลส เสียได้ กรรมก็ดับ วิบากก็ดับ นี่แหละคือนิพพาน หรือว่าโมกขธรรม หรือวิมุตติที่ได้ทรงพบ และก็ทรงแสดงธรรมนี้สั่งสอนชี้แจงที่จะให้เข้าใจถึงสัจจะคือความจริงอันนี้ วางหลักอริยสัจจ์สี่ วางหลักปฏิจจสมุปบาท วางหลักวัฏฏะสามและหลักอื่น ๆ รวมความว่า ธรรมปฏิบัติทั้งสิ้น นั้นเป็นไปเพื่อปฏิบัติหักวัฏฏะทั้งสามนี้ทั้งนั้น ตั้งแต่ในเบื้องต้น และเป็นไปเพื่อหักตั้งแต่อย่าง หยาบ จนถึงอย่างละเอียด และเมื่อหักได้สิ้นเชิงแล้ว ก็เป็นอันว่าจิตนี้บรรลุถึงความสิ้นกิเลส สิ้นกรรม สิ้นวิบาก เป็นภูมิชั้นแห่งนิพพานอันเป็นที่สุดแห่งพุทธศาสนาตามที่พระพุทธเจ้าทรง สั่งสอน

โลกุตตร

จิตทุกคนสามารถจะบรรลุถึงภาวะดังกล่าวได้เมื่อปฏิบัติในมรรคมีองค์แปด หรือศีลสมาธิ ปัญญาถึงที่ และเมื่อปฏิบัติไป ๆ ก็ใกล้นิพพานเข้าไปเอง ใครจะอยากถึงนิพพานหรือไม่อยากถึง

นิพพานก็จะต้องถึง แต่ว่าถ้าขั้นของการปฏิบัติยังไม่เข้าไปถึงฐานะถึงขั้น จะอยากเท่าไรก็ถึงไม่ได้ ไม่อยากก็ไม่ถึง อยากก็ไม่ถึง เพราะฉะนั้น ความบรรลุนิพพานนั้นจึงมิได้เกิดจากความอยากหรือความไม่อยากแต่เกิดจากการปฏิบัติไปโดยลำดับ และเมื่อเข้าขั้นแล้วก็บรรลุเอง เป็นสถานที่เป็นสภาพธรรมที่ตรงกันข้ามกับภาวะที่เป็นโลก ที่เป็นทุกข์ ที่เป็นกิเลสดังกล่าว จิตอันนี้ของทุก ๆ คนสามารถบรรลุถึงได้ เมื่อจิตอันนี้มีกิเลส ก็สามารถทำให้กิเลสสิ้นไปได้ เมื่อจิตอันนี้อยู่กับทุกข์ ก็สามารถทำให้สิ้นทุกข์ได้ เมื่อจิตอันนี้เกี่ยวข้องกับโลก ก็สามารถให้บรรลุโลกุตตรคือพ้นโลกได้

๑๕ ธันวาคม ๒๕๑๙

ครั้งที่ ๔๐ อุปสมานุสสติ ขั้นวิมุตติ

นิพพาน

นิพพานแม้ว่าจะหมายถึงธรรมที่พึงบรรลุสูงสุดในพระพุทธศาสนา อันอาจจะเข้าใจว่าเป็นธรรมสุดเอื้อม แต่เมื่อพิจารณาดูให้ดีแล้วก็จะเห็นว่า จำเป็นที่จะต้องมีจุดมุ่งหมายในการปฏิบัติธรรม และจุดมุ่งหมายสูงสุดในพระพุทธศาสนานั้นก็คือ นิพพาน อันเป็นธรรมสิ้นกิเลสสิ้นกองทุกข์ทั้งสิ้น เมื่อมีจุดมุ่งหมายเพื่อบรรลุถึงภูมิธรรมอันสูงสุดนี้ การปฏิบัติแม้จะเป็นขั้นเบื้องต้นเบื้องต่ำก็เป็นการปฏิบัติที่ป่ายหน้าไปสู่นิพพานนั้น ดังที่เรียกว่า เอียงเทลุ่มลาดไปสู่นิพพานนั้นเป็นอย่างเดียวกัน และแม้ว่าจะยังไม่ได้ไม่ถึงก็พึงระลึกถึงได้ และตั้งอธิษฐานจิตเพื่อบรรลุได้ ดังที่ได้กล่าวแล้วว่า แม้แต่โบราณกาลมาท่านก็นิยมอธิษฐานใจในเมื่อได้บำเพ็ญกุศลหรือปฏิบัติธรรมว่า **นิพพานปัจจโย โหตุ** จงเป็นปัจจัยเพื่อบรรลุนิพพานหรือจงเป็นปัจจัยแห่งนิพพาน ดั่งนี้ และแม้บรรดาท่านที่ได้บรรลุถึงนิพพานแล้ว ก่อนแต่บรรลุก็จะต้องตั้งอธิษฐานจิตเพื่อนิพพานด้วยกันทั้งนั้น จึงจะเป็นเหตุให้ปฏิบัติในปฏิปทา คือข้อปฏิบัติหรือทางปฏิบัติเพื่อบรรลุถึงนิพพานดังที่ได้มีแสดงถึงคุณของพระพุทธเจ้าว่า เป็นผู้ที่ใคร ๆ ไม่พึงตำหนิติเตียนโจทประท้วงได้สามประการ คือ

หนึ่ง พระตถาคตพุทธเจ้าทรงเป็นผู้มีธรรมอันกล่าวดีแล้ว อันสมณพราหมณ์หรือเทพยดา–มารพรหมไม่พึงทักท้วงโดยธรรมได้ ว่าพระองค์มิได้มีธรรมอันกล่าวดีแล้ว

สอง พระตถาคตพุทธเจ้าทรงบัญญัติแสดงปฏิปทา ทางปฏิบัติหรือข้อปฏิบัติให้ถึงนิพพานแก่สาวกทั้งหลายแล้วโดยประการที่สาวกทั้งหลายปฏิบัติแล้ว ก็จะพึงกระทำให้แจ้งเพราะรู้ยิ่งเองแล้วในทิฏฐิธรรม คือในปัจจุบัน ซึ่งเจโตวิมุตติ ความหลุดพ้นด้วยใจ ปัญญาวิมุตติ ความหลุดพ้นด้วยปัญญา อันไม่มีอาสวะคือกิเลสซึ่งนอนจมหมักหมมอยู่เพราะสิ้นอาสวะทั้งหลายยับยั้งอยู่ สมณพราหมณ์หรือเทพยดามารพรหมไม่พึงตำหนิโจทประท้วงโดยธรรมได้ในปฏิปทาให้ถึงนิพพานที่ทรงบัญญัติแสดงดีแล้วนั้น และ

สาม พระตถาคตพุทธเจ้าได้ทรงมีบริษัทแห่งสาวกมิใช่ร้อยเดียว คือจำนวนมาก ซึ่งปฏิบัติตามปฏิปทาให้บรรลุถึงนิพพานนั้น ก็กระทำให้แจ้งวิมุตติ ความหลุดพ้นเพราะสิ้นอาสวะทั้งหลาย ไม่มีสมณพราหมณ์หรือเทพยดามารพรหมจะพึงตำหนิโจทประท้วงได้แม้ในข้อนี้

ฉะนั้น พระองค์จึงไม่ทรงมองเห็นเครื่องกาหมายอันแสดงว่าบกพร่องผิดพลาด ซึ่งเมื่อพระองค์ไม่ทรงเห็นเครื่องกาหมายนี้ก็ทรงบรรลุถึงความเกษม ความไม่กลัว และความกล้าหาญ ดั่งนี้

นี้เป็นพระพุทธคุณ คือคุณของพระพุทธเจ้าอันแสดงว่า ได้ทรงแสดงปฏิปทาให้บรรลุถึงนิพพาน และก็ได้มีบริษัทแห่งสาวกปฏิบัติแล้วบรรลุถึงนิพพานมิใช่ร้อยเดียว หมายความว่า มีจำนวนมากดั่งนี้ ฉะนั้น แม้ว่าจะยังไม่ได้ไม่ถึง แต่เมื่อตั้งอธิษฐานจิตไว้และปฏิบัติธรรมก็ชื่อว่าเป็นการปฏิบัติตรงต่อธรรมเป็นที่พ้นกิเลสและกองทุกข์ คือนิพพานอันเป็นธรรมสูงสุดในพระพุทธศาสนา และดังที่ได้กล่าวแล้วข้างต้นว่า แม้แต่ท่านผู้บรรลุแล้ว ก่อนที่จะบรรลุก็จะต้องอธิษฐานจิตให้บรรลุทั้งนั้น ก็แปลว่า มีอนุสสติ คือความระลึกถึงนิพพานเป็นเบื้องหน้า เมื่อเป็นดั่งนี้ จึงน้อมนำให้มีการปฏิบัติ และก็ได้กล่าวแล้วเช่นเดียวกันว่า ไม่ต้องกลัวว่าจะบรรลุถึงนิพพานเร็ว เพราะว่าอันอาสวกิเลส กิเลสที่นอนจมหมักหมมอยู่ในจิตสันดานนี้มากมายนักอย่างเป็นกองโต อย่างภูเขาใหญ่ การปฏิบัติธรรมครั้งหนึ่ง ๆ ก็คล้าย ๆ กับนำผ้าไปปัดภูเขาใหญ่นี้ทีหนึ่ง ๆ จะทำให้ภูเขาสึกกร่อนไปสักเท่าใด ฉะนั้นแม้จะมีจิตอธิษฐานให้บรรลุนิพพาน ปฏิบัติธรรมก็ไม่ต้องกลัวว่า จะบรรลุนิพพานเร็ว ข้อที่ควรกลัวนั้นก็คือจะบรรลุช้า ต้องท่องเที่ยววนเวียนไปในสังสารวัฏตลอดกาลยืดยาวนาน

สัลเลขปฏิบัติ

ในต่อไปนี้จะได้แสดงถึงชั้นธรรมเพื่อที่จะให้มีความเข้าใจถึงภูมิธรรมที่พึงบรรลุในการปฏิบัติธรรมตามคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าอันผู้ปฏิบัติพึงบรรลุได้ การปฏิบัติธรรมนั้นเบื้องต้นต้องทำความเข้าใจไว้ก่อนว่า โดยตรงเพื่อขัดเกลากิเลสในจิตอันเรียกว่า “สัลเลขธรรม” ธรรมเป็นเครื่องขัดเกลากิเลสในจิต หรือสัลเลขปฏิบัติ การปฏิบัติเพื่อขัดเกลากิเลสในจิต จิตนี้สามารถปฏิบัติขัดเกลากิเลสออกได้ เพราะว่าจิตเป็นธรรมชาติปภัสสรคือผุดผ่อง จิตเป็นวิญญาณธาตุ คือธาตุรู้ คือรู้อะไรได้ แต่ว่าจิตนี้ถูกอุปกิเลส คือเครื่องเศร้าหมองที่จรเข้ามา มาทำให้เศร้าหมองไป เครื่องเศร้าหมองของจิตนี้เรียกกันเป็นคำกลาง ๆ ทั่วไปว่า กิเลสที่แปลว่าเครื่องเศร้าหมอง หมายถึงเครื่องเศร้าหมองของจิตทุกอย่างจะเป็นราคะ โทสะ โมหะ จะเป็นอวิชชา ตัณหา อุปาทาน หรือจะเป็นกิเลสข้อใดข้อหนึ่งที่แสดงไว้ ก็รวมอยู่ในคำว่ากิเลส คือเครื่องเศร้าหมองทั้งนั้น และสำหรับในที่นี้มีคำว่าอุปเติมหน้าเข้าไปว่า อุปกิเลสนั้น ก็เพื่อที่จะชี้แจงแสดงว่า กิเลสนั้นเป็นเครื่องที่จรเข้ามาสู่จิต หรือจรเข้าไปในจิต อุปแปลว่าเข้ามาหรือแปลว่าเข้าไป คำนี้จึงบ่งความว่ากิเลสนั้นไม่ใช่เป็นเนื้อแท้ของจิต แต่เป็นสิ่งที่จรเข้ามาหรือจรเข้าไปสู่จิต เหมือนอย่างเป็นอาคันตุกะ คือเป็นแขกผู้จรมาอาศัยไม่ใช่เป็นเจ้าของบ้าน ถ้าหากว่ากิเลสเป็นเนื้อแท้ของจิต หรือเป็นตัวเจ้าของบ้านก็ไม่อาจจะขัดเกลาหรือชำระล้างได้ แต่เพราะเป็นอุปกิเลส เป็นเครื่องที่จรเข้ามาดั่งนั้นจึงชำระล้างได้ ขัดเกลาได้ ต้องการแสดงความหมายดั่งนี้จึงเติมคำว่าอุปเข้าไป สำหรับในพระพุทธภาษิตซึ่งแสดงถึงความที่กิเลสเป็นเครื่องจรเข้ามานั้น

และกิเลสที่จรเข้ามานี้เมื่อมานอนจมหมักหมมอยู่ในจิต จนเรียกว่าเป็นเครื่องหมักหมมมีชื่อว่า อาสวะ เป็นเครื่องนอนจมมีชื่อว่าอนุสัย เมื่อเป็นดั่งนี้ จึงคล้าย ๆ กับว่า เป็นตัวประจำอยู่ในจิตอย่างถาวร เป็นตัวที่ยึดครองอยู่ในจิตอย่างถาวร อันที่จริงอาสวอนุสัยก็คล้าย ๆ อย่างนั้น อยู่กับจิตมานาน ไม่รู้ว่านานเท่าใด และก็พอกพูนให้มากขึ้นได้ในเมื่อไม่มีปฏิบัติธรรมเป็นเครื่องขัดเกลา แต่ว่าปฏิบัติในทางพอกพูนส่งเสริมอาสวกิเลส หรืออนุสัยกิเลสนี้ ก็เพิ่มพูนมากขึ้นได้ แต่ในทางตรงกันข้ามเมื่อปฏิบัติในด้านขัดเกลาก็ทำให้อาสวอนุสัยนี้น้อยลงไปได้ และการปฏิบัติเป็นเครื่องขัดเกลานั้นก็คือคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าทุกข้อทุกบท อันรวมเข้าคือศีล สมาธิ ปัญญา

ธรรมแม้ว่าจะแสดงในชื่ออย่างอื่นก็รวมเข้าในสามข้อนี้ คือศีล สมาธิ ปัญญาทั้งหมด หรือกล่าวอีกอย่างหนึ่งรวมเข้าในพระโอวาทที่เป็นตัวปาติโมกข์ คือเป็นหัวข้อเป็นประธานสามประการ คือ ละบาปทั้งปวงหนึ่ง ทำกุศลให้ถึงพร้อมหนึ่ง ชำระจิตของตนให้ผ่องใสหนึ่ง ดั่งนี้ ธรรมคำสั่งสอนทั้งปวงนี้ย่อมเป็นไปเพื่อขัดเกลาอาสวกิเลสทั้งนั้น เพราะฉะนั้น จึงได้มีพระ-พุทธภาษิตตรัสไว้ดังที่ได้เคยกล่าวแล้วว่า ธรรมทั้งปวงนั้นมีวิมุตติ คือความหลุดพ้นเป็นรสเหมือนกันหมด เหมือนอย่างน้ำในมหาสมุทรทั้งหมดมีรสเค็มเป็นรสเหมือนกันหมดฉะนั้น เพราะฉะนั้นเมื่อปฏิบัติขัดเกลาไป ในที่สุดจิตนี้ก็จะวิมุตติหลุดพ้นจากอาสวกิเลสทั้งหลาย เมื่อวิมุตติหลุดพ้นจากอาสวกิเลสทั้งหลาย ก็บรรลุนิพพานอันเป็นธรรมเป็นที่สิ้นกิเลสและกองทุกข์ทั้งสิ้นดั่งนี้

เพราะฉะนั้น ตามหลักพระพุทธศาสนาดังกล่าวมานี้ บุคคลจึงสามารถขัดเกลาจิตใจของตนให้วิมุตติหลุดพ้นจากกิเลสทั้งหมด บรรลุถึงนิพพานอันเป็นธรรมที่สิ้นกิเลสและกองทุกข์ทั้งสิ้นได้ และเมื่อจิตมีกิเลสได้ จิตนี้ก็พ้นกิเลสได้ อันนี้ย่อมเป็นสิ่งที่เป็นไปได้ เมื่อมีความเข้าใจให้ถูกต้องตามหลักพระพุทธศาสนาดังนี้แล้ว ก็จะเข้าใจว่าสามารถปฏิบัติให้บรรลุนิพพานได้ มิใช่ว่าไม่สามารถจะปฏิบัติได้ เท่ากับอาการที่พระพุทธเจ้าได้ทรงสั่งสอนไว้สามอย่าง คือ

หนึ่ง ทรงสั่งสอนเพื่อรู้ยิ่งเห็นจริงในธรรมที่ควรรู้ควรเห็น
สอง ทรงสั่งสอนมีเหตุอันอาจตรองตามให้เห็นจริงได้ และ
สาม ทรงสั่งสอนมีปาฏิหารย์ ผู้ปฏิบัติย่อมได้รับผลตามสมควรแก่ความปฏิบัติ

เพราะฉะนั้น เมื่อทรงบัญญัติแสดงปฏิปทาให้ถึงนิพพานไว้ ปฏิปทาที่ทรงบัญญัติแสดงนั้น จึงรู้ได้เข้าใจได้ และมีเหตุที่จะตรองตามให้เห็นจริงได้ ทั้งเมื่อปฏิบัติแล้วก็บรรลุได้ตามสมควรแก่ความปฏิบัติ นี้คือปาฏิหาริย์ของธรรม อันหมายความว่าบรรลุผลได้ตามสมควรแก่ความปฏิบัติจริง ไม่ใช่บรรลุไม่ได้ ดังที่ปรากฏว่ามีผู้บรรลุมิใช่ร้อยเดียว คือเป็นจำนวนมาก

ดังแสดงในพระพุทธคุณดังกล่าวข้างต้นนั้น และในการปฏิบัติขัดเกลาเพื่อบรรลุวิมุตติคือความหลุดพ้นดังกล่าวนั้น ก็พึงเข้าใจขั้นอันเป็นตัวเหตุตัวผลของการปฏิบัติโดยสังเขปดั่งนี้ว่า ในการปฏิบัติตั้งแต่ขั้นเบื้องต้นดังที่เราทั้งหลายได้ปฏิบัติกันอยู่นี้ก็เรียกว่า เป็นการปฏิบัติขัดเกลาไปโดยลำดับ และก็ขัดเกลาได้ คราวนี้ตามหลักที่มีแสดงไว้ทางพระพุทธศาสนา เมื่อยังละกิเลสไม่ได้เด็ดขาดบางส่วนหรือสิ้นเชิง ก็ชื่อว่ายังอยู่ในภูมิของปุถุชนหรือกัลยาณชน อันเรียกว่าเป็นภูมิของสามัญชนทั่วไป เมื่อปฏิบัติจนถึงละกิเลสได้เด็ดขาดบางส่วนหรือสิ้นเชิง ก็เรียกว่าเป็นการปฏิบัติเข้าขั้นอริยภูมิ ภูมิของพระอริยะหรืออริยชน ชนหรือบุคคลผู้เป็นอริยะ ดั่งนี้

มรรค ผล นิพพาน

ในขั้นที่จะละกิเลสได้เด็ดขาดบางส่วนหรือสิ้นเชิงนี้ ตามหลักทางพระพุทธศาสนาแบ่งขั้นไว้เป็นมรรค ผล นิพพาน

มรรคนั้นตามศัพท์แปลว่า ทาง หมายถึงเหตุคือธรรมปฏิบัติที่เป็นส่วนเหตุ อันเป็นเหตุละกิเลสได้เด็ดขาดบางส่วนหรือสิ้นเชิง เรียกว่า มรรค

ความละกิเลสได้เด็ดขาดบางส่วนหรือสิ้นเชิงอันเป็นผลของมรรคนั้นเรียกว่า ผล

ภูมิธรรมอันสูงกว่ามรรคผลขึ้นไปอีกขั้นหนึ่งอันเป็นขั้นที่สุดเรียกว่า นิพพาน

รวมเป็นมรรค ผล นิพพาน

สังขตธรรม อสังขตธรรม

คราวนี้ท่านมีอุปมาแสดงไว้ว่า กิเลสนั้นเปรียบเหมือนโรค มรรคนั้นเปรียบเหมือนยาสำหรับแก้โรค เยียวยาโรค ผลนั้นเหมือนอย่างความหายโรค เพราะเหตุที่ใช้ยาบำบัดโรคได้ นิพพานนั้นเหมือนอย่างภาวะของร่างกายที่กลับมีอนามัย คือมีความไม่มีโรค มีสุขภาพอันดี และตามหลักพระพุทธศาสนาแสดงว่า มรรคผลนั้นเป็นสังขตธรรม คือธรรมที่ปฏิบัติปรุงแต่งให้บังเกิดมีขึ้น นิพพานเป็นอสังขตธรรม ธรรมที่ไม่ต้องบัญญัติปรุงแต่งให้มีขึ้น ฉะนั้น มรรคผลจึงต้องปฏิบัติ คือปฏิบัติในมรรค ปฏิบัติในศีล ปฏิบัติในสมาธิ ปฏิบัติในปัญญา ไม่ปฏิบัติจะให้เป็นศีล เป็นสมาธิ เป็นปัญญาขึ้นมานั้นไม่ได้ ต้องมีการปฏิบัติให้เป็นศีล เป็นสมาธิ เป็นปัญญาขึ้น และเมื่อปฏิบัติให้เป็นมรรคขึ้นมา ผลของมรรคก็นับว่าเป็นสังขตธรรมด้วย เพราะย่อมรวมอยู่ในเรื่องของการปรุงแต่งเหมือนกัน ก็เหมือนอย่างการใช้ยาเยียวยาโรคก็ต้องมีการทำยาต้องมีการบริโภคยา และยาก็กำจัดโรค โรคก็หาย กลายเป็นไม่มีโรค การเยียวยาเทียบกับมรรค และความหายโรคก็เทียบกับผล ฉะนั้น จึงเป็นสังขตธรรม เพราะต้องปรุงแต่งคือต้องทำ แต่ว่า

ความที่ร่างกายมีสุขภาพอนามัยไม่มีโรคนั้น ไม่ใช่เป็นเรื่องของการปรุงแต่งดังกล่าว เพราะไม่มีโรคจะต้องเยียวยา เมื่อไม่มีโรคจะต้องเยียวยา ก็ไม่ต้องมีความหายโรค ฉะนั้น ความไม่มีโรคจึงเทียบกับนิพพาน ซึ่งเป็นอสังขตธรรม ธรรมที่ไม่มีปัจจัยปรุง

ยังมีอุปมาอีกอย่างหนึ่งซึ่งจะพึงเห็นได้ชัด เหมือนอย่างว่าการมาสู่ที่นี้ การมานั้นก็ต้องอาศัยพาหนะหรือว่าเดินมาจึงมาถึง การมาโดยอาศัยพาหนะหรือว่าเดินมานั้นก็เหมือนอย่างเป็นมรรค การถึงที่นี้ก็เหมือนอย่างเป็นผล ส่วนที่นี้เองนั้นเป็นที่ถึง เปรียบเสมือนอย่างว่าเป็นนิพพาน ฉะนั้นการมาและการถึงจึงเป็นสังขตธรรมซึ่งผู้ปฏิบัติต้องปรุงแต่ง แต่ว่าที่นี้ซึ่งเป็นที่มาถึงนั้นผู้ปฏิบัติไม่ได้ปรุงไม่ได้แต่ง จะกล่าวว่าเป็นที่ที่มีอยู่ก็ได้ เหมือนอย่างเป็นนิพพาน เพราะฉะนั้น มรรคผลจึงเป็นสังขตธรรม มีเกิดมีดับ แต่นิพพานนั้นเป็นอสังขตธรรม ไม่เกิดไม่ดับ เหมือนอย่างการมาถึงที่นี้ การมานั้นเมื่อมาจนถึง มาถึงกิริยาที่มาก็เป็นอันว่าดับไป หายไป และเมื่อมาถึงแล้ว การถึงนั้นก็เป็นอันว่าดับไปหายไปเหมือนกัน จึงดำรงอยู่แต่ความที่ตั้งอยู่ดำรงอยู่ในที่ที่ถึงนี้ คือดำรงอยู่หรือตั้งอยู่ในที่ที่ถึงเช่นในที่นี้ ก็เหมือนอย่างการบรรลุนิพพานหรือตั้งอยู่ในที่ที่เรียกว่านิพพาน อันเป็นธรรมเป็นที่สิ้นกิเลสและกองทุกข์นั้น

เพราะฉะนั้น จึงพึงเข้าใจเรื่องมรรค ผล นิพพาน ดังนี้ และเมื่อแสดงให้พิสดารออกไป ท่านก็แยกออกเป็นมรรคสี่ หมวดผลสี่ และนิพพานก็อาจจะเป็นสี่ แต่ท่านนับเป็นหนึ่ง รวมเรียกว่า โลกุตตรธรรมเก้า คือธรรมที่เหนือโลกเก้าประการ ดังนี้

๒๑ ธันวาคม ๒๕๑๙

ครั้งที่ ๔๑ อุปสมานุสสติ ขั้นวิมุตติ

นิพพาน วิราคะ

ศัพท์ธรรมที่หมายถึงความหลุดพ้นจากกิเลสและกองทุกข์หรือกล่าวรวม ๆ ว่า หมายถึง มรรค ผล นิพพานนี้ ย่อมมีใช้อยู่เป็นอันมาก เช่นคำว่า วิมุตติ วิราคะ นิพพาน คำว่า วิมุตติและนิพพานนั้นเรียกถึงอยู่บ่อย ๆ และก็ใช้ปนกันไปอยู่ คำว่าวิราคะนั้นในภาษาไทยไม่ค่อยได้ใช้เรียกกันนัก แต่ว่าในพระสูตรทั้งหลายใช้คำว่า วิราคะ อันหมายถึงมรรค ผล นิพพาน อยู่เป็นอันมาก และคำว่าวิราคะนี้ก็ใช้หมายถึงธรรมขั้นนี้ในพระสูตรอันสำคัญหรือในที่อันสำคัญอยู่เนือง ๆ เพราะฉะนั้นจึงควรทำความรู้เรื่องศัพท์แสงที่ใช้ตามสมควร

ในเบื้องต้นก็พึงเข้าใจธรรมอันเป็นโลกุตตรธรรม ซึ่งแปลว่าธรรมที่อยู่เหนือโลกหรือพ้นโลก อันหมายถึงที่พ้นทุกข์ คือ มรรค ผล นิพพาน เป็นหลักสำคัญไว้ก่อน คำว่า “วิราคะ” แปลว่าสิ้นกิเลสเป็นเครื่องย้อมใจ หรือว่าสิ้นความติดใจยินดี สิ้นความกำหนัดพอใจ สำหรับคำแปลที่อิงพยัญชนะคือถ้อยคำก็ได้แก่สิ้นกิเลสเป็นเครื่องย้อมใจ เพราะคำว่าราคะนั้นมาจากธาตุศัพท์ที่ใช้สำหรับวัตถุว่า ย้อม หรือเครื่องย้อม หมายถึงสีสำหรับย้อมผ้า หรือเป็นเครื่องย้อมผ้า เมื่อมาใช้ทางจิตใจจึงนำคำนี้มาใช้เรียกถึงเครื่องย้อมใจ คือย้อมใจให้ยินดีให้ติด ฉะนั้นนอกจากจะแปลว่าเครื่องย้อมใจ ก็อาจจะแปลว่าติดใจได้ด้วย เหมือนอย่างสีที่ใช้ย้อมผ้าสีนั้นก็ติดผ้าทำให้ผ้ามีสีเป็นต่าง ๆ เครื่องย้อมใจก็เช่นเดียวกันก็ทำให้ใจเป็นสี และสีที่สำคัญก็คือความยินดีนั้นเอง ฉะนั้นจึงแปลว่าติดใจได้ด้วย คือเป็นเครื่องติด เป็นเครื่องย้อมหรือเป็นเครื่องทำให้ติดใจ คราวนี้ วิราคะ ก็หมายถึง สิ้นเครื่องย้อมใจ สิ้นเครื่องติดใจดังกล่าวนั้น

วิราคะนี้อาจจะหมายถึงมรรคก็ได้ หมายถึงผลก็ได้ หมายถึงนิพพานก็ได้ ถ้าหมายถึงมรรค แปลว่าเป็นเครื่องทำให้สิ้นกิเลสเป็นเครื่องย้อมใจหรือเป็นเครื่องทำให้สิ้นกิเลสที่ทำให้ติดใจยินดี หมายถึงผลก็แปลว่า ความสิ้นกิเลสเป็นเครื่องย้อมใจ ความสิ้นกิเลสเป็นเครื่องติดใจ ถ้าหมายถึงนิพพานก็แปลว่า เป็นที่สิ้นกิเลสเป็นเครื่องย้อมใจ เป็นที่สิ้นกิเลสเป็นเครื่องติดใจ ท่านสอนให้แปลดั่งนี้สำหรับธรรมที่ใช้หมายถึงมรรค ผล นิพพาน คือถ้าหมายถึงมรรค แปลว่าเป็นเครื่อง หรือเป็นเหตุ เพราะมรรคเป็นเหตุ ถ้าหมายถึงผลแปลว่า ความ ถ้าหมายถึงนิพพานแปลว่าเป็นที่ ฉะนั้น เมื่อแปลว่าเป็นเครื่องหรือเป็นเหตุก็เป็นมรรค เป็นความสิ้นกิเลสก็เป็นผล เป็นที่สิ้นกิเลสก็เป็นนิพพาน ดั่งนี้ ในที่บางแห่ง วิราคะ หมายถึง มรรค ดังที่แสดงว่า เห็นด้วยสัมมัปปัญญา คือปัญญาชอบตามเป็นจริง ย่อมหน่าย เพราะหน่าย ย่อมเป็นวิราคะ คือสิ้นติดสิ้นยินดี เพราะวิราคะสิ้นติดสิ้นยินดีย่อมวิมุตติ คือหลุดพ้น วิราคะที่ใช้ในที่นี้หมายถึงมรรค และ วิมุตติก็หมายถึงผล คือเป็นความหลุดพ้น ในที่บางแห่งวิราคะหมาย

ถึงนิพพาน ดังที่มีแสดงไว้ในพระสูตรหนึ่งว่า ธรรมทั้งหลายที่เป็นสังขต คือที่ถูกปรุงแต่งหรือที่มีการปรุงแต่ง มีมรรคมีองค์แปดประการเป็นยอดหรือเป็นเลิศ ธรรมที่เป็นอสังขตคือที่ไม่ถูกปรุงแต่ง มีวิราคะเป็นยอดหรือเป็นเลิศ ดั่งนี้ ในที่นี้วิราคะก็หมายถึงนิพพาน ส่วนนิพพานนั้นโดยตรงก็หมายถึงนิพพานดังที่แสดงอธิบายกันทั่วไป ซึ่งอยู่ในอันดับต่อจากมรรคผล ดังที่กล่าวว่ามรรค ผล นิพพาน แต่ว่าก็มีแสดงอ่อนลงมาถึงนิพพานขั้นต่ำ ๆ อีกบ้าง สำหรับในที่นี้จะกล่าวถึงจำเพาะนิพพานที่อยู่ในอันดับสูงจากมรรคอันนับว่าเป็นยอดธรรมทั้งปวง ดังที่เรียกว่าบรมธรรมก่อน

บรมธรรม

คำว่า นิพพานนี้ประกอบขึ้นด้วยศัพท์คือ นิ กับ วาน ภาษาบาลีหรือมคธ ว่านิพพาน ภาษาสันสกฤตว่า นิรวาน แปลว่า ออกจากวาน หรือไม่มีวาน คำว่า วาน นั้นอย่างหนึ่งแปลว่าเครื่องเสียบแทง ใช้หมายถึงลูกศรก็มี อย่างหนึ่งแปลว่าเครื่องร้อยรัด ที่แปลว่าเครื่องเสียบแทงในที่นี้ก็คือเครื่องเสียบแทงจิตใจ ถ้าหมายถึงลูกศร ก็หมายถึงลูกศรที่เสียบแทงจิตใจไว้ ส่วนที่แปลว่าเครื่องร้อยรัด ก็หมายถึงเครื่องร้อยรัดจิตใจนี้เอง

อันเครื่องเสียบแทงร้อยรัดจิตใจก็หมายถึงบรรดากิเลสเครื่องเศร้าหมองทั้งหมดดังที่แสดงไว้ทางพระพุทธศาสนา ก็เป็นต้นว่า ตัณหา ความดิ้นรนทะยานอยาก อุปาทาน ความยึดถือ หรือว่า ราคะ โทสะ โมหะ ในการยกกิเลสขึ้นแสดงมักจะยกตัณหาขึ้นแสดง เพราะอาจจะชี้ให้เห็นลักษณะได้ง่าย หรือว่ายก ราคะ โทสะ โมหะ ขึ้นแสดง ก็เพราะอาจจะชี้ให้เห็นลักษณะโดยง่ายเช่นเดียวกัน และก็มีแสดงถึงสายกิเลสทั้งหมดก็ยกเอาอวิชชา คือความไม่รู้ในสัจจะขึ้นเป็นข้อสำคัญ ดังที่แสดงไว้ในปฏิจจสมุปบาท แต่ว่าการชี้ลักษณะอวิชชานั้นก็เป็นการแสดงชี้สำหรับหมวดธรรมที่แสดงเหตุผลโยงกันไป ซึ่งมีอวิชชาเป็นหัวหน้า แต่ในการแสดงสั่งสอนทั่วไปนั้น ท่านมิได้ยกอวิชชาขึ้นแสดงเพราะเห็นได้ยาก จึงมักจะยกเอาตัณหาหรือว่า ราคะ โทสะ โมหะ เป็นต้นดังกล่าวแล้วขึ้นแสดงสั่งสอน ก็แหละนิพพานนั้น ตามศัพท์ ก็คือธรรมซึ่งเป็นที่ออกจากกิเลสที่เสียบแทงหรือร้อยรัดจิตเอาไว้ หรือว่าธรรมซึ่งไม่มีกิเลสที่เสียบแทงหรือร้อยรัดจิตเอาไว้ คำนี้ก็เป็นคำเก่า ใช้มาก่อนพระพุทธศาสนาบังเกิดขึ้น และก็มีความหมายถึงผลที่สุดในด้านใดด้านหนึ่ง และมีแสดงไว้ในบางพระสูตรว่า พราหมณ์บางคนได้กราบทูลพระพุทธเจ้าถึงนิพพานตามความเข้าใจของเขา คือว่าเขาเอามือลูบกายของเขาซึ่งเป็นกายที่แข็งแรงปราศจากโรคภัยไข้เจ็บว่า นี้คือนิพพาน เขาเข้าใจถึงร่างกายที่มีความสุขสมบูรณ์ว่าคือนิพพาน ดั่งนี้ และยังมีผู้อื่นเข้าใจนิพพานเป็นอย่างอื่นไปอีก เช่นความสุขสมบูรณ์ด้วยกามคุณารมณ์ทั้งปวงเป็นนิพพาน ฉะนั้น นิพพานที่เข้าใจกันภายนอกพระพุทธศาสนาจึงมีต่าง ๆ แต่ก็รวมอยู่ว่าหมายถึงที่สุดยอดในทางใดทางหนึ่ง

ในทางพระพุทธศาสนาสมเด็จพระบรมศาสดาผู้ตรัสรู้พระธรรมได้ทรงพิจารณาเห็นว่า อันความสุขทางกายที่เข้าใจว่าเป็นความสุขสมบูรณ์นั้น ความจริงเป็นความเข้าใจผิด เพราะว่าร่างกายนั้นมีทุกข์อยู่เสมอ แต่อาศัยการเลี้ยงดูอุปการะอยู่ ทุกข์ที่เกิดขึ้นจึงหายไปหรือว่าไม่ปรากฏ เช่นหิวขึ้นมาก็บริโภคอาหาร ความหิวก็สงบ เมื่อยขบก็ผลัดเปลี่ยนอิริยาบถ เมื่อยขบก็สงบ ดั่งนี้ ก็เพราะแก้กันอยู่เสมอดั่งนี้ จึงเป็นการแก้ทุกข์ไปคราวหนึ่ง ๆ แต่ก็ต้องแก้กันอยู่เสมอหยุดไม่ได้ ร่างกายนี้จึงกล่าวได้ว่ามีโรคเป็นเครื่องเสียบแทงอันจะต้องเยียวยาแก้ไขกันอยู่เสมอไม่ว่างเว้น เพราะฉะนั้น แม้ความเข้าใจว่าร่างกายสุขสมบูรณ์มีอนามัยดี ก็เป็นความที่เข้าใจไปตามผลที่ปรากฏชั่วขณะหนึ่ง ๆ ดังกล่าว จึงไม่ใช่นิพพาน เพราะโดยที่แท้เป็นตัวทุกข์ แม้ความอิ่มเอิบด้วยกามคุณารมณ์ก็ไม่ใช่เป็นนิพพาน เพราะว่าอันกามคุณารมณ์ทั้งหลายนั้นเป็นสิ่งที่มีอัสสาทะ คือความเอร็ดอร่อย มีความสุขโสมนัสน้อย แต่ว่ามีทุกข์มาก และความสุขโสมนัสที่มีน้อยนั้นก็เป็นความสุขโสมนัสในขั้นผิวเผินในขั้นภายนอก เหมือนอย่างการบริโภคอาหารอร่อยก็อร่อยแค่ลิ้น พ้นลิ้นไปแล้วความอร่อยก็สิ้นไป เพราะฉะนั้นความสุขโสมนัสอันเกี่ยวด้วยกามคุณารมณ์ทั้งปวงนั้นจึงปรากฏให้เป็นสุขเวทนาแค่จักขุประสาท โสตประสาท ฆานประสาท ชิวหาประสาท กายประสาท ประกอบด้วยโมหะ คือความหลง และตัณหาอุปาทานเข้าคลุกเคล้าเท่านั้น จึงไม่มีสุขโสมนัสอันแท้จริงยั่งยืนซึ่งลึกซึ้งไปกว่าประสาททั้งห้า และเมื่อเพิกโมหะ ตัณหา อุปาทาน ออกเสียได้แล้วก็จะไม่รู้สึกมีสุขโสมนัสอย่างนั้น หรือแม้ว่าในขณะที่จิตใจไม่มีตัณหา อุปาทาน ไม่มีโมหะ คือในคราวสงบก็จะไม่รู้สึกเป็นสุขโสมนัสอย่างนั้น เพราะฉะนั้นจึงเป็นเรื่องของความรู้สึกทางประสาทประกอบกับโมหะและตัณหาอุปาทาน มิใช่เป็นนิพพาน

ขีณาสวะ

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ทรงบรรลุถึงธรรมเป็นที่สิ้นกิเลสและกองทุกข์ด้วยประการทั้งปวง ทรงถอนกิเลสที่เสียบแทงจิตที่ร้อยรัดจิต หรือจะกล่าวว่า ทรงถอนลูกศรที่เสียบจิตใจออกเสียได้ คือถอนอวิชชา ตัณหา อุปาทาน ออกเสียได้หรือว่าถอน ราคะ โทสะ โมหะ ออกเสียได้ จึงทรงสิ้นกิเลสและกองทุกข์ด้วยประการทั้งปวง เพราะว่าได้ทรงปฏิบัติมาในมรรคมีองค์แปดประการ อันเรียกว่า มัชฌิมาปฏิปทา จนเป็นมรรค คือเป็นเครื่องกำจัดอาสวกิเลสได้ทั้งหมด ทรงประสบผล คือความสิ้นกิเลส จึงเป็นอันทรงบรรลุนิพพานอันเป็นธรรมที่ออกจาก "วาน" คือ กิเลสที่เสียบแทงร้อยรัดจิตใจไว้ทั้งสิ้น

ฉะนั้น จึงได้ทรงแสดงนิพพานตรงนิพพานอย่างแท้จริง และเมื่อดับกิเลสและกองทุกข์ได้สิ้นแล้ว จึงได้ตรัสไว้ว่า **นิพฺพานํ ปรมํ สุขํ** นิพพานเป็นบรมสุขคือสุขอย่างยิ่ง หรือว่าเป็นยอดสุข เพราะว่าสิ้นทุกข์ทุกอย่างทุกประการ สิ้นกิเลสทุกอย่างทุกประการ และเพื่อที่จะชี้ให้ชัดว่าสิ้น

กิเลสจนถึงอย่างละเอียด จึงเรียกว่า **ขีณาสวะ** ที่แปลว่า ผู้มีอาสวสิ้นแล้ว คือสิ้นกิเลสที่นอนจมหมักหมมในจิตทั้งหมด แปลว่าจิตนี้วิมุตติ คือหลุดพ้นจากกิเลสเครื่องเศร้าหมองทั้งหมดจนถึงขั้นที่เป็นตะกอนนอนจมหมักหมมในจิต เมื่อเป็นดั่งนี้ จึงทรงเป็นพระอรหันต์ คือเป็นผู้ไกลกิเลสอย่างแท้จริง ไกลกิเลสด้วยประการทั้งปวง ถ้ายังไม่สิ้นอาสวะ แม้ว่าจะไม่ปรากฏกิเลสอย่างหยาบหรือว่าอย่างกลาง หรือว่าอาสวกิเลสนั่นเองยังไม่โผล่ขึ้นมา เพราะมีธรรมกั้นห้ามเอาไว้ เช่นว่าปฏิบัติในศีล ในสมาธิ ในปัญญาอย่างแรงกล้า ศีล สมาธิ ปัญญานี้กั้นกิเลสเอาไว้ไม่ให้โผล่หน้าขึ้นมา แต่อันที่จริงยังละไม่ได้ อาสวะยังหลบอยู่ดั่งนี้ ก็ยังไม่เป็นขีณาสวะ คือยังไม่สิ้นอาสวะ ต่อเมื่อละอาสวะได้หมดจริง ๆ จึงจะเป็นขีณาสวะคือสิ้นอาสวะ ท่านที่เป็นขีณาสวะนี้แหละคือท่านผู้บรรลุนิพพาน

๒๒ ธันวาคม ๒๕๑๙

ครั้งที่ ๔๒ อุปสมานุสสติ ขั้นวิมุตติ

นิพพาน พุทธภาวะ

ความระลึกถึงนิพพานย่อมทำให้การถึงพระพุทธเจ้าเป็นอันชื่อว่าถึง และระลึกถึงพระธรรม พระสงฆ์ก็เป็นอันชื่อว่าถึง เพราะพระพุทธเจ้านั้นไม่ได้หมายถึงขันธ์ห้าของพระองค์ อีกอย่างหนึ่งไม่ได้หมายถึงรูปกายนามกายของพระองค์ แต่หมายถึงความเป็นพุทธะซึ่งอยู่เหนือขันธ์ห้า เหนือรูปนาม ความเป็นพุทธะนั้นก็กล่าวได้ว่าภาวะซึ่งบรรลุนิพพานนั้นเอง จะอาศัยพระพุทธภาษิตบางแห่งกล่าวว่า คือพระจิตที่บรรลุวิสังขารหมายถึงนิพพานที่สิ้นสังขารเครื่องปรุงแต่งแล้ว ดั่งนี้ก็ควรจะได้ และที่กล่าวว่าความเป็นพระพุทธะอยู่เหนือขันธ์ห้านั้น ก็เพราะได้มีพระพุทธภาษิตแสดงไว้ดังที่มีเรื่องเล่าว่า ได้มีบางคนมีทิฏฐิคือความเห็นว่า พระตถาคตพุทธเจ้าตายเกิดหรือว่าตายสูญ พระพุทธองค์จึงได้ตรัสว่า เข้าใจว่าอะไร พระตถาคตนั้นเป็นผู้พ้นจากรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ หรือกล่าวย่อว่าเป็นผู้พ้นจากนามรูป เมื่อเป็นดังนี้การจะกล่าวว่า ตายเกิดหรือตายสูญ ก็ต้องหมายถึงนามรูปหรือว่าขันธ์ห้า ขันธ์ห้านั้นเองเป็นสิ่งที่เกิดตายหรือเกิดดับ ฉะนั้น เมื่อพระพุทธะเป็นผู้พ้นจากขันธ์ห้าหรือนามรูปแล้ว จึงไม่ควรที่จะกล่าวว่าพระองค์เป็นผู้ตายเกิด หรือตายสูญ หรือว่ากล่าวอย่างอื่นอันต้องหมายถึงขันธ์ห้าหรือนามรูปนั้น

ฉะนั้น พระตถาคตพุทธเจ้าจึงทรงเป็นผู้พ้นสมมติบัญญัติทั้งหมด เพราะสมมติบัญญัติทั้งสิ้นนั้นย่อมตั้งอยู่ในขันธ์ห้าหรือว่านามรูป เมื่อพ้นจากขันธ์ห้าหรือนามรูปก็เป็นอันพ้นจากสมมติบัญญัติทั้งหมด ไม่ควรจะกล่าวว่าเป็นอย่างไรอันเกี่ยวกับขันธ์ห้าหรือนามรูปนั้น ภาวะดังกล่าวนี้ก็มีลักษณะเป็นอย่างเดียวกับนิพพานตามที่มีพระพุทธภาษิตตรัสเอาไว้และแม้ว่าภาวะดังกล่าวนี้จะยังเข้าใจได้ยาก จะกล่าวตามที่ท่านแสดงไว้อย่างที่เข้าใจได้ง่าย ๆ ดังเช่นที่ได้เคยยกมากล่าวแล้วว่า ความสิ้นราคะ โทสะ โมหะ หรือธรรมเป็นที่สิ้นราคะ โทสะ โมหะ ชื่อว่านิพพาน ดั่งนี้ก็ได้ และก็หมายถึงภาวะดังกล่าวนั้น พระพุทธะจึงเป็นผู้สิ้น ราคะ โทสะ โมหะ ประกอบด้วยธรรมเป็นที่สิ้นราคะ โทสะ โมหะ ฉะนั้น เมื่อระลึกถึงพระพุทธเจ้าเป็นสรณะคือที่พึ่ง หากยังระลึกถึงในฐานะใดฐานะหนึ่งซึ่งยังมีราคะ โทสะ โมหะอยู่ ยังมีรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณอยู่อันเรียกว่ายังเป็นโลกอยู่ ดั่งนี้ก็ยังไม่ถึง ต่อเมื่อระลึกถึงพระองค์ซึ่งเป็นผู้สิ้นราคะ โทสะ โมหะ พ้นจากรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณทั้งสิ้น จึงจะเป็นอันระลึกถึง ฉะนั้นจึงควรทำความเข้าใจว่า ตามที่มีผู้เชิญวิญญาณ บางทีก็เชิญวิญญาณพระพุทธเจ้าพระอรหันต์มานั้นไม่ถูกหลักพระพุทธศาสนา พระพุทธเจ้าและพระอรหันต์ทั้งหลายเป็นผู้พ้นจากรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ภาวะเป็นพระพุทธเจ้าเป็นพระอรหันต์ก็พ้นจากรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ฉะนั้น จึงไม่มีอะไรที่จะเชิญมาได้

จะพึงเข้าถึงได้ก็ด้วยการปฏิบัติเพื่อบรรลุถึงธรรมเป็นที่สิ้นราคะ โทสะ โมหะ ก็คือภาวะที่เป็นนิพพานนั่นแหละ จึงจะเป็นอันถึงได้

ปฏิบัติถูก ปฏิบัติตรง

เมื่อเข้าใจให้มีความถูกต้องดั่งนี้แล้ว การปฏิบัติก็จะเข้าถึงพระพุทธศาสนาซึ่งเอียงเทลุ่มลาดคือมุ่งไปสู่นิพพาน อันเป็นธรรมเป็นที่สิ้นกิเลสและกองทุกข์ทั้งสิ้น เมื่อยังเป็นไปอยู่เพื่อกิเลสและกองทุกข์ก็หาชื่อว่าได้เป็นพระพุทธศาสนาไม่ ฉะนั้นเมื่อเข้าใจให้ถูกตรงดั่งนี้แล้ว การที่จะปฏิบัติให้ถูกให้ตรงก็เป็นการไม่ยาก คือเพียงแต่ตรวจตราพิจารณาดูจิตใจของตนเองว่า ความปรารถนาต้องการก็ดี เจตนาความจงใจก็ดี กรรมที่กระทำก็ดี เกิดจากอะไร เป็นไปเพื่ออะไร ถ้าเกิดจากตัณหาเป็นไปเพื่อตัณหา เกิดจากราคะ โทสะ โมหะ เป็นไปเพื่อราคะ โทสะ โมหะแล้ว นั่นไม่ใช่เป็นการปฏิบัติพระพุทธศาสนา แต่ถ้าเพื่อดับตัณหา เพื่อดับราคะ โทสะ โมหะ นั่นแหละเป็นการปฏิบัติพระพุทธศาสนา เพราะฉะนั้น เมื่อมีนิพพานเป็นหลักของใจดั่งนี้แล้ว คือความดับ ดับตัณหา ดับราคะ โทสะ โมหะ เจตนาก็จะตรงต่อพระพุทธศาสนา ความปรารถนาต้องการก็จะตรงต่อพระพุทธศาสนา การปฏิบัติก็จะตรงต่อพระพุทธศาสนา และพระพุทธเจ้าเมื่อก่อนจะตรัสรู้เป็นพระโพธิสัตว์ ก็ปรากฏว่าได้ทรงมุ่งพระสัมมาสัมโพธิญาณ มุ่งเป็นพระพุทธเจ้า ก็คือมุ่งนิพพานนั้นเอง มุ่งความดับกิเลสและกองทุกข์ แต่ว่ายังไม่ทรงพบทาง จึงต้องทรงแสวงหาด้วยพระองค์เอง ทรงปฏิบัติไปในทางโน้นบ้างทรงปฏิบัติไปในทางนี้บ้าง เมื่อปรากฏว่าผิดพลาดบกพร่องก็แก้ไขให้ถูกตรงยิ่งขึ้นโดยลำดับ เพราะฉะนั้นต้องใช้เวลามาก เพราะต้องค้นทางเอาเอง จนทรงพบทางอันเรียกว่ามัชฌิมาปฏิปทา ข้อปฏิบัติอันเป็นหนทางกลาง ไม่ข้องแวะด้วยความประกอบตนให้พัวพันอยู่ด้วยความสุขสดชื่นทางกาม อันเป็นสุดโต่งข้างหนึ่ง และการปฏิบัติทรมาณตนให้ลำบากที่ไร้ประโยชน์อันเป็นสุดโต่งอีกข้างหนึ่ง ดั่งนี้แล้วจึงได้ทรงบรรลุนิพพาน คือตรัสรู้พระธรรมเป็นพระพุทธเจ้า

เพราะฉะนั้น นิพพานก็ดี พุทธภาวะก็ดี ธรรมที่เป็นบรมธรรมก็ดีจึงเป็นอันเดียวกัน และมัชฌิมาปฏิปทานั้นก็ได้ทรงแสดงสั่งสอนไว้ในปฐมเทศนาก็คือมรรคมีองค์แปด และที่ย่นลงก็คือศีล สมาธิ ปัญญา เราทั้งหลายในบัดนี้จึงไม่ต้องไปค้นทางให้เป็นการลำบาก ปฏิบัติตามทางที่พระพุทธเจ้าได้ทรงบัญญัติแสดงไว้แล้วเท่านั้นก็จะเป็นการปฏิบัติถูก เป็นการปฏิบัติตรงได้ แม้ว่าจะเป็นปุถุชนะ ที่แปลว่าคนที่ยังมีกิเลสหนาแน่นอยู่ แต่เมื่อได้เข้าทางถูก ได้ปฏิบัติถูกตรง เพราะมีความเข้าใจถูก เข้าใจตรงแล้ว การปฏิบัตินั้นก็จะเป็นการปฏิบัติที่ใกล้เข้าไปทุกทีไม่ใช่เป็นการปฏิบัติที่ห่างออกไป นึกดูถึงว่า การเดินทางไปสู่จุดใดจุดหนึ่ง ทีแรกนั้นก็อยู่ห่างไกลจากจุดที่จะเดินนั้นไปโดยมาก บางทีก็ต่างประเทศหรือว่าตรงกันข้ามที่เรียกว่าอยู่คนละขั้วโลก แต่เมื่อได้หันหน้าไปถูกทางแล้วว่าจะไปทางไหนก็เริ่มเดินทาง ก็เป็นอันว่าได้ทำตัวให้ใกล้เข้าไปโดยลำดับ เมื่อเป็นดั่งนี้จะถึงได้ในที่สุด

ดับวิตกจริต

แม้ว่าจะยังไม่ถึงนิพพาน พิจารณาดูว่าการปฏิบัติให้ถูกตรงต่อจุดดังกล่าวมานั้นก็ให้ความสุขความเย็นเพียงใด คือว่าปฏิบัติดับตัณหา ปฏิบัติดับราคะ โทสะ โมหะ ตัณหาหรือว่าราคะ โทสะ โมหะ นั้นเป็นไฟที่เผาใจให้เดือดร้อน เพราะฉะนั้นเมื่อปฏิบัติดับจึงเป็นการปฏิบัติเพื่อให้เกิดความสุข ความสุขที่ทุกคนได้รับในปัจจุบันนี้เอง แม้ว่ากิเลสจะยังไม่หมด แต่ว่ากิเลสที่เกิดขึ้นกลุ้มรุมจิตใจดิ้นรนปรารถนาอย่างแรง ราคะอย่างแรง โทสะอย่างแรง โมหะอย่างแรง เผาใจให้เป็นทุกข์หนัก กินไม่ได้นอนไม่หลับ และกิเลสเหล่านี้เองเป็นเครื่องทำใจให้ตรอง ให้คิดอันเรียกว่า วิตก ความตรึก วิจาร ความตรอง เป็นวิตกจริตอย่างหนึ่ง ซึ่งปรุงใจให้คิด คือให้ตรึก ให้ตรองไปจนเกินพอดี เรื่องนิดหนึ่งก็คือไปเป็นเรื่องมาก ดังที่เรียกว่า เรื่องนิดหนึ่งก็คิดไปศอกหนึ่ง วาหนึ่งหรือยิ่งกว่านั้น เรื่องที่ควรจะคิดเพียง 10 นาที ก็ควรจะเลิกคิดได้ ก็คิดไปเป็นชั่วโมง ๆ ดั่งนี้เป็นความปรุงด้วยอำนาจของตัณหา หรือราคะ โทสะ โมหะ การที่กล่าวทั้งนี้มิได้หมายความว่าจะตำหนิความตรึกตรองทั้งหมด เพราะว่าความตรึกตรองบางอย่างก็เป็นทางของปัญญา ทำให้เกิดปัญญา ดังที่เรียกว่า จินตามยปัญญา ความรู้ที่เกิดจากความคิดความตรึกตรอง บางอย่างก็ให้ได้สมาธิจนถึงฌาน ดังวิตก วิจารที่เป็นองค์ของปฐมฌาน เพราะฉะนั้น วิตก วิจาร ดั่งนี้คือเป็นไปเพื่อสมาธิ หรือเป็นไปเพื่อปัญญาหรือจะกล่าวรวมว่า ที่เป็นกุศลวิตกทั้งสิ้น ย่อมนับว่าเป็นส่วนดี แต่ว่าแม้เป็นกุศลวิตก ตรึกไปในทางดี แต่ถ้าตรึกเกินไป ปรุงเกินไป ก็เป็นเครื่องทำลายสมาธิทำลายปัญญาได้เหมือนกัน

เพราะฉะนั้น เมื่อกล่าวโดยส่วนรวมแล้ว กิเลสคือตัณหา หรือราคะ โทสะ โมหะ ย่อมเป็นเครื่องทำจิตใจให้ปรุงให้คิดไปในทางก่อความร้อนน้อยหรือมาก เหมือนอย่างไฟถ้าเป็นกองเล็กก็ร้อนน้อย กองโตก็ร้อนมาก เพราะฉะนั้น การปฏิบัติเพื่อดับเสียได้จึงทำให้มีความสุข ทำให้มีความสบาย และความดับเสียได้นี้ก็ไม่ใช่หมายความว่าจะเป็นการทำให้อยู่เรื่อย ๆ เฉย ๆ ไม่เอาเรื่องเอาราวอะไร ไม่ใส่ใจถึงอะไร ไม่ได้หมายถึงอย่างนั้น เมื่อมีเรื่องที่ควรคิดอันเป็นตัวจินตาซึ่งเป็นทางของปัญญา หรือที่เป็นทางให้เกิดสมาธิก็คิด ก็ปรุงให้เหมาะแก่เรื่อง เหมาะแก่กาลเวลา ในเวลาที่ควรจะพักก็พัก เรื่องเล็กก็ปรุงให้เล็ก เรื่องโตก็ปรุงให้โต ตามควรแก่ขนาดของเรื่อง เพื่อที่จะให้บังเกิดผลอันถูกต้อง ดั่งนี้ย่อมเป็นสิ่งที่ควรกระทำ เพราะเหตุว่าไม่ใช่เป็นการกระทำไปด้วยอำนาจของตัณหา หรือราคะ โทสะ โมหะ ดังกล่าวนั้น แปลว่าทำไปด้วยอำนาจของปัญญาที่ถูกต้อง ไม่ใช่เป็นตัวโมหะ แต่การปรุงที่ให้เกิดโทษนั้นหมายถึงการปรุงที่เกิดจากโมหะ หรือราคะ โทสะ ตัณหาที่กล่าวมานั้นเท่านั้น ฉะนั้นการปฏิบัติให้ถูกต้องแม้เพียงเท่านี้ก็ให้ความสุขในปัจจุบัน และก็ชื่อว่าเป็นการปฏิบัติตรงที่ถูกต้องต่อทางนิพพานตามคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า เพราะฉะนั้นเป็นอันว่านิพพานนั้นทิ้งไม่ได้ ถ้าทิ้งนิพพานเสียเมื่อใด ก็ยึดพระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์เป็นสรณะ

ไม่ได้ ปฏิบัติให้ถูกให้ตรงต่อพระพุทธศาสนาไม่ได้ เมื่อมีนิพพานเป็นที่มุ่งหมาย เข้าใจในนิพพานโดยถูกต้อง ทำให้เข้าใจในพระพุทธศาสนา จะเข้าถึงพระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์ก็ถึงได้ แม้จะปฏิบัติในเบื้องต้น เบื้องต่ำ ทั้งที่ยังมีกิเลสอยู่นี้ ก็ปฏิบัติในทางดับกิเลส ทำจิตใจของตนให้เป็นสุขได้ ให้พบกับสุจริตธรรมให้พบกับความบริสุทธิ์ได้ นิพพานจึงเป็นเรื่องสำคัญซึ่งจะต้องมีประจำอยู่ทุกเมื่อในพระธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าในพระพุทธศาสนาอันจะขาดเสียมิได้

สอุปทิเสสนิพพานและอนุปาทิเสสนิพพาน

นิพพานนั้นตามหลักแบ่งชั้นธรรมดังที่กล่าวแล้วเมื่อคราวก่อน คือมรรค ผล นิพพาน นิพ-พานในระดับดังที่กล่าวนี้ ท่านแสดงว่ามีอยู่สองอย่างคือ สอุปาทิเสสนิพพาน นิพพานที่มีอุปาทิยังเหลือ กับอนุปาทิเสสนิพพาน นิพพานที่ไม่มีอุปาทิเหลือ มีอธิบายที่แตกต่างกันอยู่สองอย่าง คืออย่างหนึ่งคำว่าอุปาทิ หมายถึงขันธ์ห้า ฉะนั้นสอุปาทิเสสนิพพาน นิพพานที่ยังมีอุปาทิคือขันธ์ห้ายังเหลืออยู่ จึงมีอธิบายว่า หมายถึงพระพุทธเจ้าและพระอรหันตสาวกทั้งหลายซึ่งบรรลุถึงนิพพานอันเป็นธรรมเป็นที่สิ้นกิเลสทั้งสิ้นแล้ว เป็นพระอรหันต์แล้ว เป็นพระขีนาสพแล้ว แต่ยังมีขันธ์ห้าเหลืออยู่ คือยังดำรงชีวิตอยู่ ดังเช่นพระพุทธเจ้าเมื่อได้ตรัสรู้แล้วก็ยังทรงดำรงพระชนมชีพอยู่ยังเสด็จประกาศพระศาสนาต่อไปอีกถึง 45 ปี เมื่อพระองค์ได้ตรัสรู้พระธรรมเป็นพระอรหันตสัมมาสัม-พุทธเจ้านั้น ชื่อว่าได้ทรงบรรลุสอุปาทิเสสนิพพาน และแม้พระอรหันต์ทั้งหลายก็เช่นเดียวกัน เมื่อท่านได้บรรลุธรรมเป็นที่สิ้นกิเลสคือนิพพานแล้วยังดำรงชีวิตอยู่ ยังมีขันธ์ห้าเหลืออยู่ ก็ชื่อว่าได้บรรลุสอุปาทิเสสนิพพาน นิพพานที่ยังมีอุปาทิคือขันธ์ห้ายังเหลือ อนุปาทิเสสนิพพาน นิพพานที่ไม่มีอุปาทิคือขันธ์ห้าเหลืออยู่ จึงหมายถึงพระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าและพระอรหันตขีณาสพ-สาวกทั้งหลายซึ่งดับขันธ์แล้ว ก็ชื่อว่าบรรลุอนุปาทิเสสนิพพาน

ได้มีอธิบายในพระสูตรบางแห่งที่แสดงว่า พระสารีบุตรเถระแสดงไว้ว่านิพพานของท่านที่คนอื่นยังมองเห็นได้ด้วยตา เรียกว่าสอุปาทิเสส เมื่อมองไม่เห็นได้ด้วยตาเรียกว่า อนุปาทิเสส ดังนี้อีกอย่างหนึ่ง อุปาทิ หมายถึง อุปาทาน หมายถึงกิเลส ฉะนั้น สอุปาทิเสสนิพพาน นิพพานที่ยังมีอุปาทิ คือยังมีกิเลสยังเหลือจึงหมายถึงท่านที่ละกิเลสได้เด็ดขาดบางส่วนแล้ว แต่ยังมีกิเลสยังเหลือ คือยังละได้ไม่หมด จึงหมายถึง ท่านที่บรรลุโสดาปัตติมรรค โสดาปัตติผลแล้ว ก็ชื่อว่าบรรลุนิพพานขั้นหนึ่ง ท่านที่บรรลุสกทาคามิมรรค สกทาคามิผลแล้วก็ชื่อว่าได้บรรลุนิพพานอีกขั้นหนึ่ง ท่านที่บรรลุอนาคามิมรรค อนาคามิผลแล้ว ก็ชื่อว่าได้บรรลุนิพพานอีกขั้นหนึ่งคือ ละกิเลสได้เด็ดขาดบางส่วนแต่ยังไม่หมด ยังมีกิเลสบางส่วนเหลืออยู่ ดังนี้เรียกว่า สอุปาทิเสสนิพพาน ส่วนนิพพานของท่านที่ละกิเลสได้เด็ดขาดไม่มีเหลือ เรียกว่าอนุปาทิเสสนิพพาน นิพพานที่ไม่มีอุปาทิคืออุปาทานหมายถึงกิเลสทั้งหมดเหลืออยู่ คือละได้หมด ตามอธิบายหลังนี้แล้วแม้ว่าจะยังมองเห็น

ได้ด้วยตา คือยังมีขันธ์ห้าเหลืออยู่ ยังดำรงชีวิตอยู่ ก็เรียกว่า บรรลุอนุปาทิเสสนิพพานได้ในเมื่อละกิเลสได้เด็ดขาดทั้งหมด ตามอธิบายนี้ก็สักแต่ว่าเป็นอธิบายที่แตกต่างกันไปเท่านั้น แต่ก็ไม่ทำให้ความสำคัญของนิพพานลดลงหรือแตกต่างกันออกไปแต่ประการใด เป็นแต่เพียงว่าแม้ละกิเลสได้เด็ดขาดบางส่วน ก็เป็นอันชื่อว่าบรรลุนิพพานได้ แต่อธิบายนิพพานให้หย่อนลงมา ยังมีอธิบายอย่างอื่นอีกซึ่งจะยังไม่กล่าวในวันนี้

ปฏิบัติโพชฌงค์เจ็ด

การแสดงธรรมชักชวนให้เราทั้งหลายระลึกถึงนิพพานแม้ดังกล่าว สติที่ระลึกไปพร้อมกับการแสดงหรือว่าการฟัง ก็นับว่าเป็นสติสัมโพชฌงค์ ความเลือกเฟ้นธรรมคือความเข้าใจธรรมที่แสดง แม้ว่านิพพานมีความหมายอย่างไร ประกอบอยู่ในพระพุทธศาสนาอย่างไร ราคะ โทสะ โมหะ หรือตัณหาเป็นไปเพื่อความร้อนเพื่อความทุกข์อย่างไร การดับเสียเป็นไปเพื่อความสงบความสุขอย่างไร เลือกเฟ้นธรรมลงไปอย่างนี้ตามสัจจะคือความจริง ก็นับว่าเป็นธรรมวิจยสัมโพชฌงค์ ความเพียรคือความที่มีจิตใจไม่เบื่อหน่ายเกียจคร้าน แต่มีพลังอุตสาหะ น้อมไปเพื่อที่ปฏิบัติดับตัณหา ราคะ โทสะ โมหะ อันเป็นทางนิพพาน ก็นับว่าเป็นวิริยสัมโพชฌงค์ ความอิ่มใจ อิ่มกายซึ่งมีลักษณะเป็นความเย็น เป็นความสบาย ไม่ร้อน เพราะว่ามีฉันทะอัธยาศรัยถอยออกจากตัณหา ราคะ โทสะ โมหะ ซึ่งเป็นเครื่องร้อน แต่ว่าน้อมไปสู่ความดับอันเป็นความเย็น นับว่าได้เข้าไปสู่เขตของความเย็น อันทำให้กายเย็น ใจเย็นและเมื่อมีฉันทะ วิริยะ แรงขึ้น ย่อมมีความดูดดื่มในธรรมมากขึ้น สนุกในธรรมมากขึ้นไม่เบื่อหน่าย เห็นงามในธรรมมากขึ้น สบายใจในธรรมมากขึ้น และโดยเฉพาะจิตใจที่มีตัณหาเป็นจิตใจที่บกพร่อง ไม่อิ่มไม่เต็มไม่พอ แต่ว่าจิตใจที่สงบตัณหาเป็นจิตใจที่อิ่ม ที่เต็ม ที่พอ ดังนี้ ก็นับว่าเป็นปีติสัมโพชฌงค์ เมื่อเป็นดังนี้ก็บังเกิดความสงบกายสงบใจ มีความสุขที่เกิดจากความสงบ ดังคำที่ว่า สุขที่ยิ่งไปกว่าหรือที่อื่นนอกจากความสงบไม่มี ดังนี้ ก็เป็นปัสสัทธิสัม–โพชฌงค์ จิตใจก็ตั้งมั่นแน่วแน่ตรงต่อทางนิพพานมากขึ้น ความที่มีจิตใจตั้งมั่นแน่วแน่ดังนี้ก็นับว่าเป็นสมาธิสัมโพชฌงค์ และเมื่อเป็นดังนี้ก็มีความเข้าไปเพ่งเฉยอยู่อันเรียกว่าวางเฉย วางก็คือว่าไม่ยึดถือ เฉยก็คือว่าไม่วุ่นวาย แต่ปล่อยและสงบ คำว่าปล่อยนั้นก็หมายถึงปล่อยใจให้สงบตั้งมั่นอยู่ในทางที่ถูกนั้น คือเมื่อใจตั้งอยู่ในทางที่ถูกแล้ว ก็ปล่อยให้ตั้งอยู่ในทางที่ถูกนั้น แม้อาจจะมีความสงสัยขึ้นว่าจะมากไปเสียแล้ว หรือจะด่วนทิ้งโลกไปเสียแล้ว ดังนี้ ก็อาจจะตกใจขึ้นมา ทำให้เลิกปฏิบัติก็จะทำให้ยึดถือขึ้นมาอีก ทำให้วุ่นวายขึ้นมาอีก ถ้าจะมีความคิดขึ้นอย่างนี้ ก็ต้องคิดไปอีกทางหนึ่งว่าความคิดเช่นนี้ไม่ถูก ไม่ต้องกลัวว่าจะทิ้งโลก ไม่ต้องกลัวว่าจะสำเร็จเพราะว่าไม่ใช่เป็นของง่าย ตามที่เปรียบแล้วว่ากิเลสนั้นกองเป็นภูเขาเลากาใหญ่โต ปฏิบัติครั้งหนึ่งก็คล้าย ๆ กับว่าเอาผ้าไปปัดภูเขาครั้งหนึ่ง ไม่ทำให้สึกกร่อนไปเท่าไหร่ ไม่ต้องกลัว ควรจะกลัวว่าไม่สำเร็จนั่นแหละ

มากกว่า ไม่ควรกลัวว่าจะสำเร็จเร็วดั่งนี้ ปล่อยให้จิตตั้งมั่นอยู่ในความสงบมากขึ้น ไม่ไปขัดขวาง และไม่เข้าไปวุ่นวาย เมื่อเดินทางถูกแล้วก็ปล่อยให้ได้เดินไปในทางที่ถูกนั้น ดั่งนี้คืออุเบกขามีลักษณะเป็นตัวควบคุมให้ดำรงอยู่ในความสงบตั้งมั่นยิ่งขึ้น ก็นับว่าเป็นอุเบกขาสัมโพชฌงค์ ฉะนั้นแม้การฟังธรรมก็ได้ชื่อว่า ได้ปฏิบัติตามโพชฌงค์ทั้งเจ็ดประการด้วยประการฉะนี้

๒๙ ธันวาคม ๒๕๑๙

ครั้งที่ ๔๓ อุปสมานุสสติ ขั้นวิมุตติ

นิพพาน

ได้แสดงนิพพานโดยอาศัยพระพุทธภาษิตและอธิบายมาแล้วหลายครั้ง แต่ก็ยังไม่จบเพราะได้มีพระพุทธภาษิตแสดงไว้โดยปริยาย คือแนวทางต่าง ๆ อีกหลายประการ แต่ว่าก็รวมเข้าสูงสุดในอันเดียวกันและในการแสดงนี้ก็ได้กล่าวแล้วว่าได้อาศัยพระพุทธภาษิตและอธิบายในที่นั้น ๆ ซึ่งอาจที่จะแสดงได้ เหมือนอย่างอาจที่จะระลึกถึงนิพพานได้ และก็เป็นความจำเป็นที่จะต้องระลึกถึง และเช่นเดียวกันกับที่สมควรจะแสดงเพื่อเกิดความสนใจและให้เห็นว่านิพพานนั้นเป็นธรรมที่พึงบรรลุถึงได้ เป็นอายตนะคือเป็นที่ต่อได้เหมือนอย่างตากับรูปต่อกันได้ หูกับเสียงต่อกันได้ นิพพานกับผู้บรรลุคือจิตก็ต่อกันได้ บรรลุถึงได้ในเมื่อปฏิบัติเข้าถึงขั้น จึงได้เรียกว่าเป็นอายตนะคือเป็นที่ต่อได้คือบรรลุได้ และแม้ยังไม่บรรลุคือยังไม่ได้ยังไม่ถึง เมื่อระลึกถึงก็จะทำให้เกิดฉันทะ วิริยะ ในอันที่จะปฏิบัติเพื่อบรรลุถึงต่อไป

ได้กล่าวแล้วว่า ทุก ๆ ท่านที่บรรลุนิพพานแล้วก่อนจะบรรลุท่านก็ระลึกถึงทั้งนั้น พระสัมมาสัมพุทธเจ้าเมื่อเป็นพระโพธิสัตว์ก็ได้ทรงระลึกถึงพระสัมมาสัมโพธิญาณ คือความตรัสรู้เองโดยชอบ ทรงปรารถนาพุทธภูมิก็คือปรารถนานิพพานนั้นเอง จึงได้ทรงบำเพ็ญพระบารมีเพื่อบรรลุนิพพาน พระอรหันตสาวกทั้งหลายก่อนที่จะบรรลุอรหัตตมรรค อรหัตตผล เป็นพระอรหันต์ก็ระลึกถึงนิพพาน อธิษฐานคือตั้งจิตปรารถนาต้องการนิพพานและปฏิบัติเพื่อบรรลุนิพพานและถ้าหากไม่ระลึกถึงก็จะไม่เกิดฉันทะวิริยะอุตสาหะในอันที่จะปฏิบัติ มีการปฏิบัติเพื่อบรรลุถึงได้ และการที่ระลึกถึงได้ก็เพราะได้ฟังธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า เพราะฉะนั้น พระพุทธเจ้าก็ทรงแสดงแก่ผู้ที่ยังไม่บรรลุยังไม่ได้ไม่ถึงนั่นเอง ถ้าหากว่าเป็นผู้ได้เป็นผู้ถึงแล้ว ก็ไม่จำเป็นที่จะต้องแสดงสั่งสอน เพราะฉะนั้นธรรมที่เป็นโลกุตตรธรรมทั้งสิ้นก็ทรงสั่งสอนแก่ผู้ที่ยังไม่ได้บรรลุยังไม่ได้ยังไม่ถึงเป็นประการสำคัญ การแสดงบอกกล่าวกันต่อมาก็เป็นการแสดงพระธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า เมื่อได้เข้าใจถึงคลองธรรมหรือกระแสธรรมที่ดำเนินไปตามสมควรแล้วก็ย่อมจะเข้าใจถึงพระนิพพานได้ ระลึกถึงพระนิพพานให้ตรงได้ และความเข้าใจถึงคลองธรรมถึงกระแสธรรมนั้นกล่าวโดยย่อก็เป็นของไม่ยาก เพราะอยู่ตรงกันข้ามกับกระแสโลกหรือกระแสกิเลสนี้เอง กล่าวคือจิตที่มีกิเลสที่มีทุกข์ทุกคนก็ย่อมรู้ เพราะกิเลสกับทุกข์ประกอบกันอยู่กับจิตใจของทุก ๆ คน นิพพานนั้นเป็นธรรมเป็นที่สิ้นกิเลสและกองทุกข์ทั้งสิ้น ซึ่งเป็นความบริสุทธิ์อย่างยิ่งอันตรงกันข้ามกับจิตที่ยังมีกิเลสและกองทุกข์ซึ่งเป็นจิตที่เศร้าหมอง จิตที่พ้นกิเลสและกองทุกข์เป็นจิตที่บริสุทธิ์ผ่องใส ก็จิตอันนี้เอง เพราะฉะนั้น เมื่อเข้าใจถึงว่านิพพานก็คือสิ้นกิเลสและกองทุกข์ทั้งสิ้นดังนี้แล้ว ก็เข้าใจไม่ยาก คือภาวะอันนั้นเอง ภูมิอัน

นั้นเอง ฉะนั้น ธรรมคือคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าจึงเป็นธรรมที่รู้ได้เห็นได้ถ้าทำใจให้รู้ให้เห็นแล้ว ก็ไม่เป็นการยากเกินวิสัย

สังขตธรรมหรือสังขาร

ธรรมที่ทรงสั่งสอนถึงนิพพานนั้นโดยปริยายคือทางอย่างหนึ่ง รวมอยู่ในข้อที่เรียกว่า อสังขตธรรม ธรรมที่ไม่ถูกปรุงแต่ง หรือเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า วิสังขาร คือสภาพที่ไม่ปรุงไม่แต่ง ซึ่งปราศจากการปรุงแต่งทั้งสิ้น ได้มีแสดงธรรมไว้สองอย่างคือ สังขตธรรมกับอสังขต-ธรรม หรือสังขารและวิสังขาร สังขตธรรมนั้นคือธรรมที่ถูกปรุงแต่ง สังขารก็คือสภาพที่ปรุงแต่ง โดยเรียกว่าสังขตธรรมหรือสังขารก็มีความหมายเป็นอย่างเดียวกัน สังขตธรรมคือธรรมที่ถูกปรุงแต่งนั้นโดยปริยายหนึ่งแสดงไว้ว่า ปุญญาภิสังขาร ปรุงแต่งบุญ นี้เป็นสังขตธรรมอย่างหนึ่ง อปุญญาภิสังขาร ปรุงแต่งสิ่งที่ไม่ใช่บุญหรือบาป เป็นสังขตธรรมอย่างหนึ่ง อเนญชาภิ-สังขาร ปรุงแต่งสิ่งที่ไม่หวั่นไหว หมายถึงปรุงแต่งสมาธิจนถึงบรรลุฌานคือสมาธิที่แน่วแน่ไม่หวั่นไหวก็เป็นสังขตธรรมอย่างหนึ่ง ที่เรียกว่าสังขตธรรมนั้นเพราะว่าต้องปรุงแต่งคือต้องทำ จะเป็นบุญขึ้นมาก็ต้องทำ จะเป็นบาปขึ้นมาก็ต้องทำ จะเป็นสมาธิขึ้นมาก็ต้องทำ ถ้าไม่ทำก็เป็นบุญเป็นบาปเป็นสมาธิขึ้นมาไม่ได้ เพราะฉะนั้นจึงเรียกว่า สังขตธรรม ธรรมที่ถูกปรุงแต่ง

ธรรมที่ถูกปรุงแต่งนี้ตรัสแสดงไว้ว่า มรรคมีองค์แปดเป็นยอด มรรคมีองค์แปดนั้นก็ได้แก่ สัมมาทิฏฐิ ความเห็นชอบ สัมมาสังกัปปะ ความดำริชอบ สองนี้จัดเป็นปัญญา สัมมา-วาจา เจรจาชอบ สัมมากัมมันตะ การงานชอบ สัมมาอาชีวะ เลี้ยงชีพชอบ สามนี้จัดเป็นศีล สัมมาวายามะ ความเพียรชอบ สัมมาสติ ระลึกชอบ สัมมาสมาธิ ตั้งใจชอบ สามนี้จัดเป็นสมาธิ มรรค์มีองค์แปดนี้ตรัสแสดงว่าเป็นยอดสังขตธรรม คือธรรมที่ถูกปรุงแต่งทั้งสิ้น ทำไมมรรคมีองค์แปดจึงเรียกว่า สังขตธรรม เพราะต้องปรุงแต่งคือต้องทำต้องปฏิบัติจึงจะเป็นสัมมา-ทิฏฐิเป็นต้นขึ้นมาได้ หรือย่อลงมา จึงจะเป็นศีล เป็นสมาธิ เป็นปัญญาขึ้นมาได้ ถ้าหากว่าไม่ปรุงแต่งคือไม่ทำไม่ปฏิบัติ ก็เป็นศีลเป็นสมาธิเป็นปัญญาขึ้นมาไม่ได้เป็นมรรคมีองค์แปดขึ้นมาไม่ได้ ทำไมจึงเป็นยอดของสังขตธรรมทั้งหลาย เพราะว่ามรรคมีองค์แปดหรือย่นย่อลงเป็นศีล สมาธิ ปัญญา นี้เป็นทางปฏิบัติให้บรรลุถึงความดับทุกข์ได้ คือดับตัณหา ความดิ้นรนทะยานอยากได้ และเมื่อดับทุกข์คือดับตัณหาได้แล้ว ก็เป็นอันว่าเสร็จกิจ คือว่า เลิกทำเลิกปฏิบัติต่อไปได้ ส่วนสังขตธรรมประการอื่นนั้นไม่ให้บรรลุถึงความสิ้นทุกข์ ความสิ้นกิเลสได้เหมือนอย่างนี้ และไม่สามารถจะเสร็จกิจได้ จะต้องปรุงแต่ง จะต้องทำ จะต้องปฏิบัติต่อไปไม่สิ้นสุด ไม่จบสิ้น และก็ก่อให้เกิดสุขบ้าง ก่อให้เกิดทุกข์บ้าง แม้จะให้เกิดสุขเกิดทุกข์ ก็เป็นสิ่งที่ไม่แน่นอน เป็นสุขเป็นทุกข์ที่แปรปรวนเปลี่ยนแปลงไป เป็นสุขในบางคราว สุขนั้นก็หายไป เป็นทุกข์ในบางคราว ทุกข์นั้นก็หายไป สลับกันไป ทั้งต้องปรุงแต่ง ต้องปฏิบัติกัน

อยู่ร่ำไปไม่สิ้นสุด จึงไม่บรรลุถึงความเป็นยอดได้ แต่ว่ามรรคมีองค์แปดนั้นบรรลุถึงความเป็นยอดได้ดังกล่าวแล้ว จึงได้จัดว่าเป็นยอดของสังขตธรรมทั้งสิ้น

สังขตลักษณะ

สังขตธรรมดังที่กล่าวมานี้ย่นลงอีกอย่างหนึ่งก็คือ เป็นเหตุเป็นผล สิ่งที่เรียกว่าเหตุว่าผลทั้งสิ้นนั้นย่อมเป็นสังขตธรรมทั้งนั้น เพราะต้องปรุงแต่ง ต้องทำเหตุนั้น ต้องปรุงแต่งทำโดยตรง ผลนั้นเป็นผลของเหตุ แต่ก็นับว่าเป็นสังขตธรรมด้วย เพราะเนื่องกับเหตุที่ปรุงแต่งหรือธรรมนั้น เพราะฉะนั้นสังขตธรรมทั้งหมดจึงเป็นเหตุและผลซึ่งต้องเกิดต้องดับ เพราะเมื่อเป็นสังขตธรรมหรือเป็นสังขารต้องตกอยู่ในสามัญลักษณะคือลักษณะที่เป็นสามัญทั่วไปของสิ่งที่ถูกปรุงแต่งทั้งปวงอันได้แก่ อุปฺปาโท ปญฺญายติ ความเกิดขึ้นปรากฏ วีโย ปญฺญายติ ความเสื่อมสิ้นไปปรากฏ ฐีตสฺส อญฺญถตฺตํ ปญฺญายติ เมื่อยังตั้งอยู่ความปรวนแปรเปลี่ยนแปลงเป็นอย่างอื่นปรากฏ เพราะฉะนั้น บรรดาสังขตธรรมทั้งสิ้นตลอดจนถึงมรรคมีองค์แปด จึงเป็นสิ่งที่ต้องตกในสังขตลักษณะดังกล่าวหรือย่นลงก็คือ ต้องเกิดดับ

ในข้อนี้จะพึงเห็นได้ดังตัวอย่างที่ท่านพระอานนท์ได้แสดงอิทธิบาทสี่ขึ้นมา อิทธิบาทสี่นั้นก็ได้แก่ธรรมที่ให้บรรลุถึงความสำเร็จสี่ประการ

หนึ่ง	ฉันทะ	ความพอใจใคร่ที่จะทำ
สอง	วิริยะ	ความเพียร
สาม	จิตตะ	ความใส่ใจหรือความเอาใจใส่
สี่	วิมังสา	ความใคร่ครวญพิจารณา

ท่านพระอานนท์แสดงว่า อิทธิบาทสี่นี้เป็นธรรมที่ให้บรรลุถึงความสำเร็จ เมื่อบรรลุถึงความสำเร็จแล้วก็ดับ ท่านยกตัวอย่างว่า เหมือนอย่างว่าผู้ที่มาสู่อารามนี้ ก่อนที่จะมาก็ต้องมีฉันทะที่จะมา มีวิริยะที่จะมา มีจิตตะที่จะมา มีวิมังสาที่จะมา และก็อาศัยอิทธิบาทสี่นี้มา ครั้นมาถึงอารามแล้ว ฉันทะ วิระยะ จิตตะ วิมังสา นั้นก็ดับคือเสร็จกิจไป เป็นอันว่าดับไปเลิกไปดังนี้ ฉะนั้นบรรดาสังขตธรรมทั้งสิ้นจึงมีเกิด มีดับด้วยประการฉะนี้ และเมื่อเรียกว่าเหตุผล เหตุผลทั้งปวงก็เป็นสังขตธรรม คือเป็นสิ่งที่เกิดที่ดับ

อสังขตธรรมหรือวิสังขาร

ส่วนอสังขตธรรม ธรรมที่ไม่ถูกปรุงแต่งนั้นก็หมายถึงที่พ้นจากสังขตธรรมดังกล่าว หรือที่พ้นจากมรรคมีองค์แปดดังกล่าว อันเป็นธรรมที่ผู้ปฏิบัติไม่ต้องปรุงแต่งไม่ต้องทำ ไม่ต้องปฏิบัติ

ธรรมที่เป็นอสังขตธรรมนี้เป็นสิ่งที่มีอยู่ซึ่งเรียกว่า นิพพาน ในที่นี้ แต่ว่านักวิจารณ์ธรรมได้วิจารณ์ว่า จะไม่หมายถึงนิพพานอย่างเดียว ก็เพราะว่าท่านใช้คำเป็นพหุวัจนะ คือใช้ว่าอสังขตธรรมทั้งหลาย ซึ่งหมายความว่ามีมากกว่าหนึ่ง เพราะฉะนั้น ธรรมที่ไม่ถูกปรุงแต่งดังกล่าวนี้จึงมีมาก และธรรมเหล่านี้จะพึงเห็นได้ดังตัวอย่างที่เคยแสดงในครั้งก่อน ๆ แล้วโดยเทียบกับภูมิประเทศเช่นว่า การมาสู่อารามนี้ การมานั้นเป็นสังขตธรรม คือผู้มานั้นต้องทำต้องปรุงต้องแต่ง ต้องอาศัย ฉันทะ วิริยะ จิตตะ วิมังสา ส่วนตัวอารามซึ่งเป็นที่มาถึงนั้นผู้มาไม่ได้ปรุงแต่ง เป็นสิ่งที่มีอยู่เป็นที่มาถึง เป็นที่บรรลุ ฉะนั้น การมาก็เทียบกับสังขตธรรม อารามที่เป็นที่ถึงเป็นที่บรรลุก็เทียบกับอสังขตธรรม เพราะผู้มาได้ได้ปรุงแต่งขึ้นมา แต่ว่าเป็นที่บรรลุเป็นที่มาถึง ตามตัวอย่างนี้ก็อาจจะเข้าใจได้อย่างคร่าว ๆ ว่า อสังขตธรรมนั้นเป็นสิ่งที่มีจริง ซึ่งเป็นสิ่งที่อยู่เหนือสังขตธรรมขึ้นมาอีกขั้นหนึ่ง หรือจะกล่าวว่า เป็นที่บรรลุเป็นที่ถึงของสังขตธรรมก็ได้ และเมื่อเป็นดั่งนี้ ท่านจึงแสดงว่าอสังขตธรรมนั้นเป็นสิ่งที่อยู่เหนือเหตุผล เป็นธรรมที่อยู่เหนือเหตุผลโดยอธิบายดังกล่าว คือส่วนที่เป็นเหตุผลนั้นเป็นสิ่งที่ต้องปรุงแต่งคือต้องทำเหมือนอย่างเหตุ คือการมา คือต้องปรุงแต่งการมาสู่อาราม ผลคือการถึง เหตุและผลคือการมาและการถึง ส่วนตัวอารามเองเป็นที่ถึงที่บรรลุนั้นอยู่เหนือเหตุผลดังกล่าว เพราะฉะนั้น ท่านผู้วิจารณ์ธรรมจึงได้กล่าวว่า ธรรมนั้นเป็นธรรมที่เป็นเหตุเป็นผลขั้นหนึ่ง และเป็นธรรมที่อยู่เหนือเหตุเหนือผลอีกขั้นหนึ่ง ก็โดยอธิบายดังกล่าว และเมื่อทราบแล้วก็อาจจะพอเข้าใจเนื้อความที่กล่าวนี้ได้

สอุปาทิเสสและอนุปาทิเสสโดยปริยาย

นิพพานอันเป็นธรรมที่บรรลุที่ถึงนั้นก็ได้กล่าวแสดงอธิบายแล้วถึงสอุปาทิเสสนิพพานและอนุปาทิเสสนิพพาน ในวันนี้จะได้นำพระสูตรหนึ่งที่แสดงไว้ในพระไตรปิฎกมาเล่ามีใจความว่า ได้มีเทวดาสององค์มาเฝ้าพระพุทธเจ้าในเวลากลางคืน เทวดาองค์หนึ่งได้กราบทูลว่า ภิกษุณีเหล่านั้นวิมุตติแล้ว เทวดาอีกองค์หนึ่งได้กราบทูลว่า ภิกษุณีเหล่านั้นวิมุตติดี เป็นอนุปาทิเสส คือไม่มีอุปาทิเหลืออยู่แล้ว พระพุทธเจ้าก็ได้ทรงพอพระทัย วันรุ่งขึ้นก็ได้ตรัสเล่าเรื่องนี้แก่พระภิกษุทั้งหลาย พระมหาโมคคัลลานะ ได้ฟังตรัสเล่านั้นก็มีความนึกขึ้นว่า อันญาณคือความรู้ในเรื่องนี้ได้มีแก่เทวดาทั้งหลายทั้งหมด หรือว่ามีแก่เทวดาเฉพาะบางพวก ได้มีภิกษุรูปหนึ่งชื่อว่าติสสะ เพิ่งถึงมรณภาพและได้บังเกิดในพรหมโลก ปรากฏชื่อว่าติสสะพรหม ซึ่งมีฤทธิ์มาก มีอานุภาพมาก พระมหาโมคคัลลานะได้ขึ้นไปสู่พรหมโลก สู่สำนักของติสสะพรหมนั้น และได้กล่าวถามปัญหานี้แก่ติสสะพรหมนั้นว่า เทวดาซึ่งไปเกิดเป็นพรหมทั้งหมดได้มีญาณคือความรู้ในสอุปาทิเสสนั้นว่า สอุปาทิเสส ในอนุปาทิเสสว่าอนุปาทิเสสทั้งหมด หรือว่าพรหมพวกไหนรู้ได้ดั่งนี้ ติสสะพรหมจึงได้กล่าวเฉลยว่า เทวดาที่เกิดในพรหมทั้งหมดหาได้มีญาณคือความรู้

ดั่งนั้นทั้งหมดไม่ เทวดาที่ไปเกิดเป็นพรหมจำพวกใดซึ่งมีสันโดษคือความพอใจอยู่ในอายุ วรรณ สุข ยศ อธิปไตย ซึ่งเป็นของพรหม ไม่รู้ธรรมเป็นเครื่องแล่นออกยิ่งขึ้นไป เทวดาที่เกิดเป็นพรหมเหล่านั้นย่อมไม่รู้ คือไม่มีญาณที่จะรู้ในสอุปาทิเสสว่าสอุปาทิเสส ในอนุปาทิเสสว่าอนุ-ปาทิเสส แต่ว่าเทวดาที่ไปเกิดเป็นพรหมเหล่าใดไม่สันโดษ คือไม่ยินดีพอใจอยู่ในอายุ วรรณ สุข ยศ อธิปไตย ที่เป็นของพรหมเท่านั้น แต่ว่าย่อมรู้ธรรมเป็นเครื่องแล่นออกยิ่งขึ้นไปด้วย เทวดาผู้เกิดเป็นพรหมเหล่านั้น ย่อมมีญาณคือความหยั่งรู้ในสอุปาทิเสสว่าสอุปาทิเสส ในอนุ-ปาทิเสสว่าอนุปาทิเสสดั่งนี้ ต่อจากนั้นแล้วติสสะพรหมได้แสดงต่อไปว่า ภิกษุผู้ที่ได้อุระโตภาควิมุตติคือความหลุดพ้นโดยส่วนสอง ได้แก่เจโตวิมุตติ ปัญญาวิมุตติ หลุดพ้นด้วยใจ หลุดพ้นด้วยปัญญา และภิกษุผู้ที่ได้ปัญญาวิมุตติ หลุดพ้นด้วยปัญญา หมายถึงเป็นขีณาสวะคือเป็นผู้มีอาสวะสิ้นแล้ว เทวดาผู้เกิดเป็นพรหมดังกล่าวย่อมมีญาณรู้ว่า ภิกษุผู้บรรลุวิมุตติดังกล่าว เมื่อกายยังดำรงอยู่เทวดามนุษย์ย่อมเห็นภิกษุนั้นได้ เมื่อกายแตกทำลายเทวดามนุษย์ย่อมไม่มองเห็นภิกษุนั้นได้ ดั่งนี้เรียกว่ามีญาณรู้ในอนุปาทิเสส คือนิพพานที่ไม่มีอุปาทิว่าอนุปาทิเสส คือรู้ตามเป็นจริง ส่วนภิกษุผู้ที่บรรลุมรรคผลต่ำลงไปกว่านั้น ดังที่เรียกว่า กายสักขิเป็นต้น เทวดาผู้เกิดเป็นพรหมดังกล่าวย่อมมีญาณหยั่งรู้ว่าภิกษุผู้บรรลุมรรคผลที่ต่ำกว่านั้น อันเรียกว่า กายสักขิเป็นต้น เมื่อได้ส้องเสพ คืออยู่ในเสนาสนะอันสมควร ได้คบหากัลยาณมิตรคือมิตรที่ดีงาม ได้อบรมบ่มอินทรีย์ทั้งหลายยิ่งขึ้นไปก็ย่อมจะกระทำให้แจ้งที่สุดแห่งพรหมจรรย์ คืออรหัตตมรรค อรหัตตผลอยู่ได้ดั่งนี้ มีญาณรู้ในสอุปาทิเสส คือนิพพานที่ยังมีอุปาทิเหลืออยู่ ว่าสอุปาทิเสสตามความเป็นจริง ท่านพระมหาโมคคัลลานะได้กลับมากราบทูลพระพุทธเจ้า พระพุทธองค์ได้ตรัสเพิ่มขึ้นมาอีกจำพวกหนึ่ง คือจำพวกที่เรียกว่าอนิมิตวิหารี คือผู้ที่ปฏิบัติบรรลุเจโตสมาธิ ไม่มีนิมิตคือเครื่องกำหนดหมาย เพราะไม่ใส่ใจถึงนิมิตทั้งสิ้น ว่าจะทำให้แจ้งที่สุดแห่งพรหมจรรย์เป็นสอุปาทิเสสอีกจำพวกหนึ่ง ดั่งนี้ ตามที่แสดงไว้ในพระสูตรที่เล่ามานี้ก็เป็นการแสดงอธิบายอนุปาทิเสส และสอุปาทิเสสโดยปริยายคือทางอันหนึ่ง ดั่งนี้

ความระลึกถึงนิพพานแม้โดยปริยาย คือทางที่สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงแสดงไว้หลายอย่างหลายประการ แต่ก็รวมอยู่ที่ธรรมเป็นที่สิ้นกิเลสและกองทุกข์ ฉะนั้นเมื่อระลึกถึงธรรมเป็นที่สิ้นกิเลสและกองทุกข์ ก็เป็นอันว่าได้บรรลุถึงนิพพาน ย่อมจะทำให้จิตใจได้บรรลุถึงความสงบ แม้การฟังธรรมข้อใดข้อหนึ่งจะเป็นบรรยายก็ตาม จะเป็นสวดก็ตาม ธรรมทั้งปวงนั้นย่อมมีวิมุตติเป็นรส เอียงเทลุ่มลาดไปสู่ความสิ้นกิเลสและกองทุกข์ทั้งสิ้น เพราะฉะนั้นก็ชื่อว่าได้ระลึกถึงนิพพานนั้นเอง

๔ มกราคม ๒๕๒๐

ครั้งที่ ๔๔ อุปสมานุสสติ ขั้นวิมุตติ

นิพพาน

นิพพาน ตามความหมายที่ใช้ซึ่งเป็นที่เข้าใจกันโดยทั่วไป ได้แสดงแล้วว่าเป็นบรมธรรม ยอดธรรม เป็นภูมิที่พึงบรรลุซึ่งนับเป็นอสังขตธรรม ธรรมที่ไม่ถูกปรุงแต่งหรือวิสังขาร ธรรมที่ปราศจากความปรุงแต่งหรือเครื่องปรุงแต่ง เป็นธรรมที่อยู่เหนือมรรคและผล ดังที่เรียกว่า มรรค ผล นิพพาน อันเป็นโลกุตตรธรรม ธรรมที่อยู่เหนือโลก พ้นโลก พ้นความทุกข์ พ้นกิเลส ตลอดจนถึงพ้นกรรมด้วยประการทั้งปวง และก็ได้กล่าวแล้วว่า ไม่ใช่เป็นธรรมที่สุดเอื้อมแต่ว่าจะต้องปฏิบัติไปโดยลำดับ ก็เหมือนอย่างว่าที่สูงซึ่งมีบันไดขึ้นไปเป็นขั้น ๆ เมื่อยังอยู่ที่พื้นดินยังมิได้ก้าวขึ้นบันไดไปแต่ละขั้นก็ย่อมจะรู้สึกว่า ที่สูงอันเป็นที่สุดบันไดนั้นอยู่สุดเอื้อม แต่ว่าเมื่อขึ้นบันไดไปโดยลำดับทีละขั้นจนถึงขั้นที่สุดแล้ว ที่สูงนั้นก็จะอยู่ในเอื้อมเช่นเดียวกับบันไดขั้นที่หนึ่ง ขั้นที่สอง เมื่อยืนมองอยู่บนพื้นดิน ก็เป็นที่อยู่ในเอื้อม รู้สึกว่าขึ้นไปได้และขึ้นไปไม่ยาก การปฏิบัติเพื่อบรรลุถึงนิพพานอันเป็นบรมธรรมก็ย่อมเป็นเช่นนั้น ซึ่งเมื่อปฏิบัติไปโดยลำดับแล้วก็จะมาอยู่ในเอื้อมบรรลุถึงได้ และแม้ว่าจะก้าวขึ้นไปตั้งแต่บันไดขั้นต้นก็ย่อมได้รับรสของนิพพานแล้ว เช่นเดียวกับที่มีอุปมาเหมือนอย่างน้ำในมหาสมุทร มีความเค็มเป็นรสทั้งหมด แม้ว่าจะก้าวลงไปสู่มหาสมุทรริมฝั่งที่สุดก็ย่อมจะพบน้ำในมหาสมุทรนั้นมีความเค็มเป็นรสเดียวกัน ฉะนั้นจึงได้รับรสของนิพพาน คือความดับกิเลสและกองทุกข์ไปโดยลำดับตั้งแต่ขั้นต้นที่ก้าวขึ้นสู่ธรรมปฏิบัติ ฉะนั้นจึงเป็นสิ่งที่อยู่ในวิสัยอันจะพึงบรรลุถึงได้ และก็จะต้องบรรลุถึงตั้งแต่ในขั้นต้นดังกล่าวมานั้น โดยเหตุนี้ท่านจึงใช้คำว่านิพพานในความหมายที่ผ่อนลงมาดังที่ได้กล่าวมาแล้ว ว่าผ่อนลงมาถึงความดับกิเลสของพระโสดาบันก็เป็นนิพพานขั้นหนึ่ง ของพระสกทคามีก็เป็นนิพพานขั้นหนึ่ง ของพระอนาคามีก็เป็นนิพพานขั้นหนึ่ง ซึ่งยังเรียกว่าเป็นสอุปาทิเสส คือมีอุปาทิ ซึ่งหมายถึงอุปาทานหรือกิเลสยังเหลืออยู่ จนถึงของพระอรหันต์จึงเป็นนิพพานขั้นที่สุด อันเรียกว่าอนุปาทิเสส ไม่มีอุปาทิหรืออุปาทานหรือกิเลสยังเหลืออยู่ ดังที่กล่าวมาแล้วเป็นอันผ่อนลงมา

นิพพานฌาน

ท่านยังแสดงนิพพานผ่อนลงมาอีกถึงนิพพานฌาน นิพพานปัญญา คือมีแสดงว่าผู้ปฏิบัติสมาธิจนบรรลุฌาน ตั้งแต่รูปฌานที่หนึ่งและต่อขึ้นไปโดยลำดับ คือรูปฌานที่สอง ที่สาม ที่สี่ และต่อขึ้นไปอรูปฌานที่หนึ่ง ต่อขึ้นไปที่สอง ที่สาม ที่สี่ และจนถึงสัญญาเวทนิโรธ คือดับสัญญา เวทนา ท่านเรียกว่าเป็นนิพพานแต่ละชั้น นิพพานดังกล่าวนี้เรียกสั้นเพื่อเข้าใจว่า นิพพานฌาน

นิพพานปัญญา

นิพพานปัญญานั้นมีแสดงไว้ถึงสันทิฏฐิกธรรม ธรรมที่เห็นเอง สันทิฏฐิกนิพพาน นิพพานที่เห็นเอง โดยอธิบายว่า ราคะ โทสะ โมหะ เมื่อบังเกิดขึ้นครอบงำจิตใจย่อมเป็นเครื่องดับปัญญา เป็นไปเพื่อความเบียดเบียน ทั้งเป็นไปเพื่อให้ประพฤติก่อภัยเวรต่าง ๆ มีฆ่าเขาบ้าง ลักของเขาบ้าง เป็นต้น ส่วนความสงบ ราคะ โทสะ โมหะ ความไม่มีราคะ โทสะ โมหะ ย่อมตรงกันข้าม ไม่ดับปัญญา ไม่เป็นไปเพื่อเบียดเบียน ไม่เป็นเหตุก่อภัยเวรดังกล่าว ความพิจารณาให้รู้ดังนี้เรียกว่าเป็นสันทิฏฐิกธรรม เป็นสันทิฏฐิกนิพพาน

พิจารณาดูตามอธิบายนี้ก็จะพึงเห็นได้ว่า ทุก ๆ คนเมื่อหมั่นใช้ปัญญาพิจารณาตรวจดูจิตใจของตนเอง เมื่อราคะ โทสะ โมหะ บังเกิดขึ้นก็ให้รู้พร้อมทั้งให้รู้ถึงโทษแม้ดังที่กล่าวมาแล้ว ราคะ โทสะ โมหะ จะสงบลงได้ด้วยอำนาจของปัญญาที่รู้นั้น และก็ให้รู้ว่า ราคะ โทสะ โมหะ สงบ พร้อมทั้งรู้คุณของความสงบ ราคะ โทสะ โมหะ แม้ปฏิบัติดั่งนี้ก็เรียกว่าบรรลุถึงสันทิฏฐิกธรรม สันทิฏฐิกนิพพานได้ เพราะในพระพุทธาธิบายดังที่ยกมากล่าวข้างต้นนั้นมิได้จำกัดว่า จะต้องสงบได้เด็ดขาดหรือว่าสงบได้ชั่วคราว เป็นพระพุทธาธิบายที่วางไว้เป็นกลาง ๆ จึงกินความได้ถึงการปฏิบัติใช้ปัญญาทำความสงบใจของตนได้ พระพุทธาธิบายดั่งนี้เป็นอันให้กำลังใจแก่ผู้ปฏิบัติธรรมทุกคนตั้งแต่ในเบื้องต้นว่า สามารถที่จะใช้ปัญญาพิจารณาทำความสงบใจของตน และก็เรียกว่าบรรลุนิพพานได้ บรรลุธรรมได้ อันเป็นสันทิฏฐิกธรรม สันทิฏฐิกนิพพาน เข้าในพระธรรมคุณที่สวดกันว่า สันทิฏฐิโกนั่นเอง ดังนั้นธรรมที่จะเป็นสันทิฏฐิโกได้ดังที่สวดกัน ก็จะต้องปฏิบัติใช้ปัญญาทำความสงบใจของตนดังกล่าวมาแล้ว ซึ่งทุกคนสามารถจะปฏิบัติได้ทุกขณะ

ตทังคนิพพาน

นิพพานดังที่กล่าวมานี้ ท่านเรียกว่าตทังคนิพพาน คือเป็นนิพพานชั่วคราวที่มีขึ้นด้วยองคสมบัตินั้น ๆ หรือด้วยองคคุณนั้น ๆ มีปัญญาเป็นต้นดังกล่าวแล้ว นิพพานนี้อันเป็นบรมธรรมซึ่งเป็นความหมายสูงสุดดังที่ได้กล่าวแล้วว่า เป็นธรรมที่อยู่เหนือเหตุเหนือผล ก็หมายถึงว่าอยู่เหนือเหตุผลที่เป็นฝ่ายเกิดทางหนึ่ง อยู่เหนือเหตุผลที่เป็นฝ่ายดับอีกทางหนึ่ง เหตุผลที่เป็นฝ่ายเกิดนั้นก็ได้แก่ทุกข์และสมุทัย เหตุผลที่เป็นฝ่ายดับนั้นก็ได้แก่ นิโรธ และมรรค คืออริยสัจจ์สี่นั้นเอง อริยสัจจ์สี่นั้นก็แบ่งเป็น สมุทัยวาร คือฝ่ายสมุทัย คือฝ่ายเกิดทุกข์ส่วนหนึ่ง ฝ่ายนิโรธวาร คือฝ่ายดับทุกข์อีกส่วนหนึ่ง ฝ่ายสมุทัยวารนั้นได้แก่ทุกข์และสมุทัย จะพึงเห็นได้ว่าแสดงผลก่อนคือทุกข์ แล้วจึงแสดงเหตุคือสมุทัย ฝ่ายนิโรธวารก็เหมือนกัน แสดงผลก่อนคือนิโรธแล้วจึงแสดงเหตุคือมรรค ทั้งนี้เมื่อพิจารณาแล้วก็จะพึงเห็นว่า พระสัมมาสัมพุทธเจ้าเมื่อก่อน

จะตรัสรู้ ได้ทรงจับผลสาวเข้าไปหาเหตุ เพราะว่าผลที่ได้บังเกิดปรากฏอยู่จำเพาะหน้าดังที่ได้มีแสดงว่า พระโพธิสัตว์อันเป็นคำเรียกพระพุทธเจ้าเมื่อก่อนแต่ตรัสรู้ ได้ทรงเห็นคนแก่ คนเจ็บ คนตาย ซึ่งท่านแสดงว่าเป็นเทวทูต จึงได้ทรงปรารภว่าทุกคนที่เกิดมาก็ต้องแก่ เจ็บ ตาย ไม่มีใครจะพ้นไปได้ จึงทรงปรารถนาโมกขธรรม ธรรมเป็นเครื่องหลุดพ้นหรือความหลุดพ้นจากความแก่ ความเจ็บ ความตายนั้น ข้อนี้เป็นปรารภเหตุสำคัญอันทำให้เสด็จออกทรงผนวชเพื่อแสวงหาโมกขธรรม ความแก่ ความเจ็บ ความตายนั้นเป็นผลซึ่งทุก ๆ คนเห็นได้โดยประจักษ์ เพราะฉะนั้น จึงได้แสดงผลก่อน

เมื่อกล่าวโดยสรุปแล้ว พระโพธิสัตว์ได้ทรงเห็นทุกข์ก่อน คือเห็นความแก่ ความเจ็บ ความตายเป็นทุกข์ อันเป็นผลที่ปรากฏ เมื่อเป็นดั่งนี้จึงได้แสวงหาความพ้นทุกข์ และความสำเร็จแห่งพระองค์อันเรียกว่า ความตรัสรู้นั้น ท่านแสดงไว้ในปฐมเทศนาซึ่งตรัสเล่าถึงความตรัสรู้ของพระองค์เอง ก็คือทรงได้จักษุคือดวงตา ญาณคือความหยั่งรู้ ปัญญา ความรู้ทั่ว วิชชา ความรู้แจ่มแจ้ง อาโลกคือความสว่าง เห็นทุกข์ เห็นทุกขสมุทัย เหตุเกิดทุกข์ เห็นทุกขนิโรธ ความดับทุกข์ เห็นทุกขนิโรธคามินิปฏิปทา ข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์หรือเรียกสั้น ๆ ว่า มรรค และทุกข์นั้นก็ได้ทรงแสดงว่าความเกิดเป็นทุกข์ ความแก่เป็นทุกข์ ความตายเป็นทุกข์ ความโศกคือความแห้งใจ ความคร่ำครวญระทมใจ ความไม่สบายกายความไม่สบายใจ ความคับแค้นใจเป็นทุกข์ ความประจวบกับสิ่งที่ไม่เป็นที่รักเป็นทุกข์ ความพลัดพรากจากสิ่งที่เป็นที่รักเป็นทุกข์ ความปรารถนาไม่ได้สมหวังเป็นทุกข์ กล่าวโดยย่อขันธ์เป็นที่ยึดถือทั้งห้าเป็นทุกข์

ในด้านทุกขสมุทัยเหตุให้เกิดทุกข์นั้น ได้ทรงแสดงชี้เอาตัณหาคือความดิ้นรนทะยานอยากของใจที่ให้ถือภพชาติใหม่ไปกับความเพลินและความติดใจ ประกอบด้วยความอภินันท์ยินดียิ่งอยู่ในอารมณ์นั้น ๆ อันได้แก่กามตัณหา ความดิ้นรนทะยานอยากไปในกาม คืออารมณ์ที่น่าใคร่น่าปรารถนาน่าพอใจทั้งปวง ภวตัณหา ความดิ้นรนทะยานอยากไปในภพ คืออยากเป็นนั่นเป็นนี่ วิภวตัณหา ความดิ้นรนทะยานอยากไปในวิภพ คืออยากให้ไม่เป็นนั่นเป็นนี่ ได้แก่อยากให้สิ่งที่ไม่ชอบสิ้นไปหมดไป

สำหรับนิโรธ คือความดับทุกข์นั้น ได้ทรงชี้เอาความดับตัณหาได้สิ้นเชิง มรรค คือทางปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ ได้ทรงชี้เอามรรค คือทางปฏิบัติที่มีองค์แปดประการ อันได้แก่สัม-มาทิฏฐิ ความเห็นชอบ สัมมาสังกัปปะ ความดำริชอบ สัมมาวาจา เจรจาชอบ สัมมากัมมันตะ การงานชอบ สัมมาอาชีวะ เลี้ยงชีวิตชอบ สัมมาวายามะ ความเพียรชอบ สัมมาสติ ระลึกชอบ สัมมาสมาธิ ความตั้งใจมั่นชอบ

ตามพระพุทธาธิบายที่ทรงเล่าถึงความตรัสรู้ของพระองค์แสดงว่า ทรงชี้เอาทุกข์ซึ่งเป็นส่วนผล ตั้งต้นแต่ชาติทุกข์ต่อไปก็ชราทุกข์มรณทุกข์เป็นต้น รวมเข้าก็คือขันธ์เป็นที่ยึดถือทั้งห้าประการนี้ เหล่านี้แหละเป็นทุกข์ที่เป็นส่วนผล ซึ่งบังเกิดจากเหตุ ซึ่งทรงชี้เอาตัณหาคือความดิ้นรนทะยานอยาก เพราะฉะนั้นทุกข์จึงเป็นผล ตัณหาจึงเป็นเหตุที่ให้เกิดทุกข์ นี้เป็นผลและเหตุฝ่ายเกิดทุกข์ที่เรียกว่า สมุทัยวารนั้น เพราะฉะนั้น เมื่อบุคคลยังอยู่ในเหตุและผลฝ่ายเกิดทุกข์คือยังปฏิบัติเพิ่มพูนตัณหา ความดิ้นรนทะยานอยากอยู่ ก็เรียกว่าทำเหตุก่อทุกข์ จึงต้องรับผลซึ่งเป็นตัวทุกข์อยู่ต่อไป ตั้งต้นแต่ต้องมีชาติ คือความเกิดขึ้นใหม่อยู่ร่ำไป ฉะนั้น จึงมีแสดงลักษณะของตัณหาไว้เป็นประการแรกว่า โปโนพภวิกา เป็นเหตุให้ถือภพชาติใหม่ คือให้เป็นใหม่ ๆ เกิดใหม่ เป็นใหม่อยู่ต่อไป และเมื่อก่อเกิดภพชาติเป็นชาติความเกิดขึ้นมาแล้ว ก็ต้องมีชรา มีมรณะ เป็นต้น ต้องมีโศกะ ปริเทวะ เป็นต้น และก็ประกอบตัณหา ความดิ้นรนทะยานอยากเพิ่มขึ้นไปอีก ก็ก่อทุกข์ตั้งแต่ชาติทุกข์ต่อไปอีก เพราะฉะนั้น จึงต้องอยู่ในเหตุและผลฝ่ายสมุทัยวาร ก่อทุกข์อยู่ตลอดเวลาที่ยังประกอบก่อเพิ่มเติมตัณหาอันเป็นตัวเหตุอยู่ นี้เป็นผลและเหตุส่วนก่อให้เกิดทุกข์ เมื่อปฏิบัติต่อเพิ่มเติมตัณหาอยู่แล้ว ก็เป็นอันว่าก็จะต้องประสบทุกข์ ตั้งต้นแต่ชาติทุกข์เป็นต้น เป็นอันว่าไม่จบ

ดับตัณหา ดับมรรค

คราวนี้ผู้ที่ปฏิบัติในมรรคมีองค์แปด ตามพระธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า ก็เป็นการปฏิบัติเพื่อดับตัณหาอันเป็นความดับทุกข์นั้น แต่เมื่อยังดับตัณหาไม่ได้สิ้นเชิงก็ต้องปฏิบัติกันต่อไป คือปฏิบัติในมรรคมีองค์แปด ย่อลงก็คือศีล สมาธิ ปัญญา ก็ต้องทำกันร่ำไปอีกเหมือนกัน เป็นอันว่าเมื่อยังดับตัณหาไม่ได้สิ้นเชิง ดับไม่ได้หมด ก็ต้องปฏิบัติในมรรคมีองค์แปดต่อไปไม่หมดอีกเหมือนกัน ก็เป็นอันว่าไม่เสร็จกิจ สำหรับในสายสมุทัยวาร คือสายก่อให้เกิดทุกข์นั้น ไม่มีเสร็จโดยแท้ ต้องก่อให้เกิดทุกข์ มีชาติทุกข์อยู่ร่ำไปไม่สิ้นสุด ส่วนในสายนิโรธวารนั้นเมื่อยังปฏิบัติดับตัณหาไม่ได้ ก็ยังไม่เสร็จกิจ ก็ต้องทำอยู่เรื่อยไปอีกเหมือนกัน จนกว่าจะปฏิบัติในมรรคมีองค์แปดนั้น จนเป็นมรรคเป็นผลซึ่งเป็นโลกุตตรธรรมขึ้น คือกำจัดกิเลสได้บางส่วนจนถึงสิ้นเชิง เมื่อกำจัดกิเลสได้สิ้นเชิงซึ่งในที่นี้ยกเอาตัณหาขึ้นเป็นที่ตั้ง กำจัดได้สิ้นเชิงแล้วจึงจะเสร็จกิจ แปลว่าดับตัณหาได้ ก็ดับทุกข์ได้ ความดับทุกข์ได้นั้นก็ดับชาติทุกข์เป็นต้นได้ ไม่ต้องก่อเกิดอีกต่อไป และการปฏิบัติดับตัณหาได้สิ้นเชิงนั้นก็ดับมรรคได้ด้วย เพราะว่าไม่ต้องปฏิบัติมรรคอีกต่อไปเพื่อดับตัณหาเพราะดับตัณหาได้สิ้นเชิงแล้ว เพราะฉะนั้นจึงกล่าวอีกอย่างหนึ่งว่าเมื่อสุดชั่วก็สุดดี หรือว่าเมื่อสุดดีก็สุดชั่วพร้อมกัน ทุกข์และสมุทัยนั้นถ้าจะกล่าวว่าเป็นฝ่ายชั่ว และนิโรธและมรรคถ้าจะกล่าวว่าเป็นฝ่ายดีเป็นคู่กัน ก็จะต้องกล่าวได้อีกว่า เพราะ

มีชั่วจึงต้องมีดีสำหรับเป็นเครื่องชำระล้างความชั่ว และเมื่อมีดีก็ต้องมีชั่ว เพราะฉะนั้นเมื่อปฏิบัติดับตัณหาได้สิ้นเชิง ดับทุกข์ได้หมด ก็แปลว่าสุดชั่วแค่นั้น การปฏิบัติเพื่อดับตัณหาก็สุดสิ้นแค่นั้นเป็นอันว่าสุดดีแค่นั้น จึงบรรลุถึงความสุดชั่วสุดดีเช่นเดียวกัน และขั้นนี้แหละที่เป็นขั้นเสร็จกิจซึ่งเป็นขั้นที่บรรลุนิพพานอันเรียกว่า เหนือเหตุและผล คือเหนือเหตุและผลทั้งฝ่ายเกิดทุกข์ทั้งฝ่ายดับทุกข์ อันแสดงถึงความเสร็จกิจโดยประการทั้งปวง

เพราะฉะนั้น ธรรมในพระพุทธศาสนาจึงมีความสิ้นสุดได้ ไม่ใช่ว่าจะต้องปฏิบัติกันไม่สิ้นสุด สิ้นสุดได้ในเมื่อได้ปฏิบัติดับตัณหาได้สิ้นเชิง อันเป็นวาระที่สุดชั่วสุดดีดังกล่าว จึงได้มีพุทธภาษิตแสดงถึงธรรมที่เป็นขั้นนิพพานนี้ว่า **ลอยบุญและบาป ละบุญและบาปทั้งหมด** ก็ถึง**ขั้นสุดชั่วสุดดี บรรลุนิพพานอันเป็นบรมธรรมนั้นเอง** แต่เมื่อยังไม่ถึงขั้นนี้ ยังไม่ถึงสุดชั่วสุดดี จะไปลอยบุญลอยบาป จะไปละบุญละบาปเอาเองไม่ได้ จะต้องปฏิบัติอยู่ในบุญ จะต้องกระทำความดีเพื่อที่จะล้างความชั่วหรือฝ่ายที่เป็นสมุทัยวารต่อไป จะไปลอยบุญลอยบาปทิ้งเอาเองไม่ได้

๑๒ มกราคม ๒๕๒๐

พิมพ์ที่ โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย หน้าวัดบวรนิเวศวิหาร กรุงเทพมหานคร
พลอากาศเอก หะริน หงสกุล ผู้พิมพ์ผู้โฆษณา พ.ศ. ๒๕๓๘ โทร. ๒๘๑๗๗๕๐


ธรรมกถา
1 030010 011726
ราคา 45.00 บาท